

Утверждаю
Заведующий МКДОУ д/с № 356
С.Г. Романюк
Приказ от
16.08.2023
№ 356

ДЕНЬ 1 (сад)

№ рецептуры	Блюдо	Выход порции	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энер. цен.								
				3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У									
ЗАВТРАК	2/с	Каша рисовая на сухом молоке	200	Крупа рисовая	31	31	11,5	10,6	39,31	298							
				Молоко	176	176											
				Вода	30	30											
				Сахар	5	5											
				Молоко сухое	20,4	20,4											
			Масло сливочное	5	5												
	53-19з	Масло сливочное (порциями)	5	Масло сливочное	5	5	0,05	3,6	0,05	33,05							
397/до	Какао со сгущенным молоком и молоком ДО	200	Какао-порошок	2	2	6,46	5,9	27,6	188,6								
			Молоко цельное сгущенное с сахаром	38	38												
			Сахар	3	3												
			Вода	155	155												
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9								
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2								
10:00 ОБЕД	Пром.	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	200	0,14	0,2	26,4	120							
	54-20з	Горошек зелёный	60	Горошек зелёный консервированный	93	60	1,8	0,2	3,6	22,2							
	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	Свекла	40	32	1,72	4,88	10,4	92,34							
				Капуста свежая	20	16											
				Картофель	22	16											
				Морковь	12	10											
				Зелень	0,4	0,4											
				Лук репчатый	10	8											
				Масло растительное	4	4											
				Вода или бульон	160	160											
Сахар				2	2												
Сметана				10	10												
Томатная паста				6	6												
Лавровый лист	0,04	0,04															
			Соль	0,3	0,3												
242	Бефстроганов из отварной говядины	80	Говядина	101	75	13,21	13,00	2,24	178,87								
			Морковь	2,8	2,3												
			Лук репчатый	2,3	1,5												
			Петрушка	1,8	1,5												
			Морковь	6,2	4,6												
			Сметана	15	15												
54-1соус-2020	Соус сметанный	30	Мука пшеничная	0,75	0,75	0,45	2,46	0,96	27,9								
			Масло сливочное	0,75	0,75												
			Вода	16,5	16,5												
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	Крупа гречневая	69	69	8,25	6,26	36	233,8								
			Вода	102	102												
			Масло сливочное	6,75	6,75												
			Соль	0,45	0,45												
54-9хн-2020	Компот свежих ягод	200	Ягода	21,4	20	0,2	1	7,4	39								
			Сахар	7	7												
			Вода	202	202												
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9								
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2								
ПОЛДНИК	Пром.	Кисломолочные продукты	200	Кисломолочные продукты	200	200	5,6	4,38	8,18	94,52							
	425	Булочка нежная	80	Мука пшеничная в/с	50	50	4,72	11,36	46,77	308,11							
				Сахар	10	10											
				Масло сливочное	10	10											
				Соль	0,5	0,5											
				Дрожжи	1,3	1,3											
				Молоко	20	20											
				Крошка:													
				Мука пшеничная	1,6	1,6											
				Масло сливочное	1,6	1,6											
				Масло для смазки булочек	1,6	1,6											
				Масло для смазки листов	2	2											
											Картофель	181,6	133,5				
				54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150					Масло растительное или масло сливочное	4,5	4,5	4,5	5,6	26,6	173,75
Молоко	45	45															
Мука пшеничная	7,5	7,5															
Соль	0,5	0,5															
381	Чай с сахаром	200	Чай-заварка	0,5	0,5	0,12	0,00	15,44	73,24								
			Сахар	10	10												
88	Рыба, тушенная в томате с овощами	80	Рыба филе	83,2	78,4	12,48	6,36	5,65	128								
			Морковь	32	25,6												
			Лук	12,8	10,4												
			Масло растительное	6,4	6,4												
			Сахар	2,4	2,4												
			Томатная паста	2,4	2,4												
			Соль	0,64	0,64												
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9								
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2								
		ИТОГО	2170		2429	2282	77	78	299	2219							

Утверждаю
 Заверяющий МКДОУ д/с № 356
 С.Г. Романюк
 Приказ № 9 от
 13.03.20

ДЕНЬ 2 (сад)

	№ рецептуры	Блюдо	Выход порции	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энерг. цен.
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	
ЗА В Т Р А К	238	Запеканка творожная с морковью	180	Мука пшеничная	8,3	8,3	24	13,3	27,6	326,2
				Крупа манная	5,5	5,5				
				Морковь	31,2	25				
				Молоко	25	25				
				Творог	123,2	123,2				
				Сметана	5,5	5,5				
				Масло сливочное	2,8	2,8				
				Яйцо	6,1	5,5				
	Сахар	11	11							
	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	Сыр	20,4	20	4,6	6	0	71,6
Пром.	Молоко сгущенное	40	Молоко сгущенное	40	40	2,28	3,4	22,2	131,2	
391	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток	2	2	2,79	0,04	19,80	90,56	
			Молоко	100	100					
			Сахар	15	15					
			Вода	120	120					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
10:00	Пром.	Фрукт	100	Фрукт	142,7	100	1	0,7	14	59,33
ОБ ЕД	54-18з-2020	Салат из свёклы с черносливом	60	Свёкла	62,25	49,8	0,9	3,15	7,8	62,1
				Масло растительное	3,6	3,6				
				Чернослив	7,8	7,2				
				Соль	0,2	0,2				
	42	Суп с консервой	200	Рыбная консерва	32	32	6,87	6,72	11,47	133,8
				Картофель	74,6	56				
				Морковь	16	12,8				
				Лук репчатый	7,6	6,4				
				Крупа рисовая (пшено)	4	4				
				Зелень	1,44	1,4				
Вода				160	160					
Соль	0,4	0,4								
403	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукт	25	37	0,33	0,20	21,87	90,58	
			Сахар	15	15					
			Вода	202	202					
354	Запеканка картофельная с печенью	200	Картофель	247	185	14,08	5,2	22,9	195,2	
			Печень говяжья	72	58					
			Лук репчатый	17	14					
			Яйцо для смазки	1,6	1,6					
			Масло сливочное	1,6	1,6					
			Соль йодированная	1	1					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ПО ЛД НИ К	Пром.	Молоко кипячёное	200	Молоко питьевое	200	200	6,09	5,4	10,1	113,3
	Пром.	Кондитерские изделия	70	Печенье весовое	70	70	1,4	0,7	4,4	31
	УЖ И Н	336	Капуста тушёная с мясом	200	Капуста белокочанная свежая	191	152,8	22,1	22,8	13,2
Масло растительное					0,5	0,5				
Морковь					6,6	5,3				
Мясо говядина					120,6	106,7				
Лук репчатый					13,4	10,7				
Томат-пюре					8	8				
Мука пшеничная					1,6	1,6				
Сахар					4	4				
Масло сливочное					10	10				
Лавровый лист					0,1	0,1				
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	Соль	0,8	0,8	0,15	0,14	9,93	41,5	
			Яблоко	45,2	40					
			Сахар	7	7					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ИТОГО			2005		2595	2380	92	70	228	1901

ДЕНЬ 3 (сад)

Утверждаю:
Заведующий МКДОУ д/с № 356
С.Г. Романюк
Приказ от 24.09.23

	№ рецептуры	Блюдо	Выход порции	Наименование продукта	Брутто, г		Химический состав			Энерг. цен.
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	66	Каша «Дружба»	200	Крупа рисовая	10	10	6,32	10,18	26,34	223,16
				Крупа пшено	10	10				
				Вода питьевая	24	24				
				Молоко	150	150				
				Масло сливочное несоленое	6	6				
				Сахар-песок	6	6				
				Соль йодированная	0,5	0,5				
	Пром.	Повидло	30	Повидло	30	30	0,12	0	19,5	78,6
	384	Чай с молоком	200	Чай-заварка	0,4	0,4	2,08	0,03	13,89	64,13
				Вода	67	67				
Сахар				13	13					
Молоко				80	80					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
10.00	Пром.	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	200	0,14	0,2	26,4	120
ОБЕД	35	Суп из овощей К/Бульон	200	Картофель	54,4	40	7,12	8,44	8,4	138,1
				Горошек зеленый консервированный	9,3	6				
				Капуста	20	16				
				Лук репчатый	10	8				
				Морковь	10	8				
				Курица	36,1	32				
				Сметана	10	10				
				Масло подсолнечное	2	2				
	50	Винегрет овощной	60	Картофель	14,4	10,5	0,61	4,4	3,4	55,56
				Свекла	6,9	7,2				
				Морковь	9,3	4,8				
				Огурцы соленые	18,3	14,7				
				Лук репчатый	8,78	7,2				
				Масло растительное	4,8	4,8				
	375	Плов из отварной птицы	200	Соль	0,06	0,06	21,1	23,8	27,3	408
				Птица	209	70				
				Масса варёного мяса	70	70				
				Морковь	14	10,9				
				Масло растительное	11	11				
				Лук репчатый	22	18,4				
Крупа рисовая				49	48,5					
54-7хн-2020	Компот из свежих ягод	200	Ягода	32,11	32,11	0,27	0,13	8,4	35,4	
			Сахар	7	7					
			Вода	168	168					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ПОАДНИК	409	Напиток из шиповника	200	Шиповник (целые плоды)	20	20	0,68	0	23,05	94,09
				Сахар	10	10				
				Вода	230	230				
54-14г-2020	Пюре из моркови и яблок	150	Морковь	68,5	54,75	0,9	0,15	8,25	39	
			Яблоко	61,9	54,75					
			Вода	75	75					
УЖИН	398	Кисель из сухофруктов	200	Сухофрукт	20	20	0,88	0,05	28,6	118,4
				Сахар	20	20				
				Крахмал	9	9				
				Вода	220	220				
	141	Рыба, запечённая с картофелем порусски	200	Рыба филе	83,07	76,8	11,48	5,47	34,3	185,1
				Мука пшеничная	3,2	3,2				
				Масло сливочное	8,35	8,35				
				Картофель	130,93	98				
				Вода	69,07	69,07				
				Сыр	2,8	2,8				
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ИТОГО			2175		2679	2429	57,58	54,71	270,13	1767

ДЕНЬ 4 (сад)



	№ рецептуры	База	Выход порция	Наименование продукта	Брутто, г		Нетто, г		Химический состав			Энерг. цен.					
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У								
ЗАВТРАК	273	Омлет с морковью	150	Яйцо куриное диетическое	89,7	77,9	11,4	12,2	4,5	175,3							
				Молоко	48,7	48,7											
				Морковь	48,7	37,9											
				Масло растительное для смазывания противня	1,9	1,9											
				Масло сливочное	3,8	3,8											
	53-193	Мало сливочное (порция)	5	Соль йодированная	0,9	0,9	0,05	3,6	0,05	33,05							
				Масло сливочное	5	5											
	391	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток	2	2	2,79	0,04	19,80	90,56							
				Молоко	100	100											
				Сахар	15	15											
Вода				120	120												
Пром	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9								
Пром	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2								
10:00	Пром	Фрукт	100	Фрукт	100	100	0,4	0,4	10,4	45							
ОВЕД	54-36-2020	Рассольник Ленинградский	200	Картофель	81,6	60	1,96	4,92	15,3	113,3							
				Крупа перловая	4	4											
				Морковь	10	8											
				Лук репчатый	10	8											
				Огурец соленый	15	12											
				Вода	150	150											
				Масло подсолнечное	4	4											
				Соль	0,3	0,3											
				Сметана	10	10											
				Лавровый лист	0,04	0,04											
	258	Шницель рыбный	80	Рыба	114,2	84	14,08	3,79	6,64	116,9							
				Мука пшеничная	10	10											
				Молоко	6	6											
				Яйца	3,2	2,9											
	354	Соус томатный	30	Масло подсолнечное	2,9	2,9	0,16	1,23	1,57	18,02							
				Соль	0,04	0,04											
				Вода или отвар овощной	15	15											
				Мука пшеничная	1,5	1,5											
				Масло сливочное	1,5	1,5											
	56	Пюре картофельное	150	Томат-пюре	4,5	4,5	3	5,7	23,7	158,3							
Сахар				0,5	0,5												
Соль				0,3	0,3												
Картофель				171,4	126												
54	Икра морковная	60	Молоко	24	24	1,3	3,1	13,2	85,6								
			Масло сливочное несоленое	6,8	6,8												
			Соль йодированная	0,5	0,5												
			Морковь	112,8	88												
			Томатная паста	33,6	33,6												
			Лук	25,2	21,1												
			Масло растительное	7,2	7,2												
390	Компот из свежих фруктов	200	Сахар	1,4	1,4	0,16	0,1	24,1	98								
			Соль	0,3	0,3												
			Фрукт	44,4	40												
			Вода	172	172												
Пром	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9								
Пром	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2								
ПОДАРОК	54-9а-2020	Булочка школьная	80	Кисломолочные продукты	200	200	6,22	4,9	9,1	105							
				Мука пшеничная в/с	65,3	65,3											
				Сахар	4	4											
				Масло сливочное	2	2											
				Масло растительное	0,3	0,3											
				Соль	0,9	0,9											
				Дрожжи	2	2											
				Вода	32	32											
				54-6м-2020	Биточек мясной	80					Мясо говядины бескостное	77,73	68,8	14,7	14	13,2	236
											Хлеб	15,2	15,2				
Молоко	18,4	18,4															
Сухари панировочные	8,8	8,8															
Масло сливочное	5,6	5,6															
Соль	0,27	0,27															
333	Соус молочный	30	Молоко	30	30	0,8	2,76	2,96	39,96								
			Мука пшеничная	1,5	1,5												
			Масло сливочное	1,5	1,5												
			Соль	0,3	0,3												
58	Рис отварной с овощами	150	Крупа рисовая	44	44	3,4	5,5	25,3	187,6								
			Вода питьевая	93	93												
			Масло сливочное несоленое	6	6												
			Морковь красная	20	15												
			Лук репчатый	18	15												
			Соль йодированная	0,4	0,4												
			Ягода	23,73	24												
54-24км-2020	Кнорель из свежей ягоды	200	Сахар	6,93	6,93	0,27	1,22	11,89	58,78								
			Крахмал	6	6												
			Вода	180	180												
			Хлеб Ржаной	20	20												
Пром	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9								
Пром	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2								
ИТОГО			2050		2581	2402	73,47	67,72	269,31	1999							

Утверждаю
Заведующий МКДОУ д/с № 356
С.Г. Романюк
Приказ 679 от 24.04.23.

ДЕНЬ 5 (сад)

	№ рецептуры	Блюдо	Выход порции	Наименование продукта	Вруто, г		Химический состав			Энер. цен.
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	240	Пудинг творожный с яблоком	150	Мука пшеничная	6	6	16,62	11,9	17,43	243,3
				Яблоко	39	34,5				
				Молоко	23,1	23,1				
				Творог	78,5	78,5				
				Сметана	6	6				
				Масло сливочное	4,6	4,6				
				Яйцо	16,5	15				
	Сахар	6	6	2,08	0,03	13,89	64,13			
	384	Чай с молоком	200					Чай-заварка	0,4	0,4
	Вода							67	67	
Сахар	13			13						
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20	Сыр	20,4	20	4,6	6	0	71,6	
Пром.	Молоко сгущенное	40	Молоко сгущенное	40	40	2,28	3,4	22,2	131,2	
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
10:00	Пром.	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	200	0,14	0,2	26,4	120
ОБЕД	70	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	Макаронные изделия	8	8	2,14	2,06	13,4	80,6
				Картофель	80	60				
				Морковь	10	7,8				
				Зелень	0,015	0,015				
				Лук репчатый	9,6	8,06				
				Масло сливочное	2	2				
				Бульон или вода	140	140				
	Соль	1,6	1,6	2,99	6,89	13,53	128,1			
	344	Рагу из овощей	150					Мука пшеничная	1,1	1,1
	Картофель							65,3	48	
	Капуста							67,5	54	
	Лук репчатый							15	12	
	Морковь							30	24	
	Молоко							22,5	22,5	
	Масло сливочное			1,1	1,1					
	Масло подсолнечное	6	6							
	Вода	58,6	58,6							
	Соль	0,3	0,3	0,3	0,2	14,2	60			
	487	Компот из яблок с лимоном	200					Яблоко	56	49,2
	Сахар							10	10	
Вода	180			180						
Лимон	16	14,4	12,13	13,26	4,29	185,06				
389	Кнели из кур с рисом	80					Куры или филе	163	70	
Крупа рисовая							7	7		
Молоко							8	8		
Масло сливочное							3	3		
Соль водированная			0,3	0,3						
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ПОЛДНИК	Пром.	Кондитерские изделия	70	Кондитерские изделия	70	70	2,8	23,38	50,2	411,6
	Пром.	Молоко кипячёное	200	Молоко	200	200	6,09	5,4	10,1	113,3
УЖИН	431	Печень по-строгановски	80	Мука пшеничная	3	3	10,5	5,9	5,2	116
				Печень говяжья	61,6	59,2				
				Сметана	9,9	9,9				
				Масло сливочное	4,8	4,8				
				Вода	29,7	29,7				
	Соль	0,5	0,5	0,6	3,72	2,16	44,4			
	17	Салат из свежих помидоров	60					Помидоры свежие	60	57
	Масло растительное							3,6	3,6	
	Соль			0,2	0,2					
	54-21г-2020	Горошница	150	Горох	75	75	14,5	1,25	33,8	204,8
Соль	0,5			0,5						
Вода	154			154						
381	Чай с сахаром	200	Чай-заварка	0,5	0,5	0,12	0,00	15,44	73,24	
Сахар			10	10						
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ИТОГО			2135		2457	2281	83,7	85,45	284,5	2255

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ д/с № 356
 С.Г. Романюк
 Приказ 55-г/ от 04.04.23

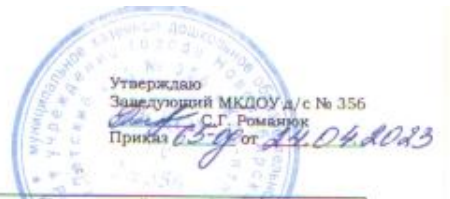
ДЕНЬ 6 (сад)

	№ рецептуры	Баждо	Выход порции	Наименование продукта	Врутно, г		Химический состав			Энер. цен.
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	160	Каша манная молочная жидкая	200	Масло сливочное	5	5	6,22	6,22	31,24	209,2
				Молоко сухое	12	12				
				Крупа манная	25	25				
				Вода	170,7	170,7				
				Сахар	5	5				
	Соль	0,4	0,4							
	Пром.	Повидло	30	30	0,12	0	19,5	78,6		
466	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	Кофейный напиток	2,4	2,4	2,6	3,2	19	115	
			Вода	176	176					
			Сгущенное молоко	38	38					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9			
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2			
10:00	Пром.	Фрукт	100	Фрукт	100	100	0,4	0,03	9,5	42
ОБЕД	54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	Капуста белокочанная	70	56	1,66	4,9	5,8	73,6
				Мука пшеничная	2	2				
				Морковь	10	8				
				Лук репчатый	10	8				
				Зелень	0,5	0,4				
				Сметана	10	10				
				Вода	160	160				
				Томатная паста	1,2	1,2				
				Масло подсолнечное	4	4				
				Лавровый лист	0,04	0,04				
	Соль йодированная	0,3	0,3							
	120	Игра кабачковая	60	Игра кабачковая для детского питания (х/о 5%)	63	60	0,86	4,01	3,47	53,6
	333	Соус молочный	30	Молоко	30	30	0,8	2,76	2,96	39,96
				Мука пшеничная	1,5	1,5				
				Масло сливочное	1,5	1,5				
	263	Макароник с мясом	200	Соль	0,3	0,3	21,5	19,4	2,9	272
				Говядина бескостная	103	96,3				
				Макаронные изделия	35	35				
				Лук репчатый	12	10				
				Масло растительное	6	6				
Яйцо				5,7	5					
Сухари				3	3					
Масло сливочное				2	2					
Масло растительное для смазки	3	3								
54-9хс-2020	Компот из свежих ягод	200	Ягода	21,4	20	0,2	1	7,4	39	
			Сахар	7	7					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ПОЛДНИК	Пром.	Кисломолочные продукты	200	Кисломолочные продукты	200	200	5,6	4,38	8,18	94,52
	429	Булочка домашняя	80	Мука пшеничная в/с	52	52	5,24	9,75	49,4	306,27
				Мука пшеничная на полтыл	3	3				
				Сахар	9	9				
				Сахар (для отделки)	3	3				
				Масло сливочное	12	12				
				Масло растительное	12	12				
				Яйца (для смазки)	1,36	1,2				
				Соль	0,5	0,5				
				Дрожжи	1,3	1,3				
Вода				23	23					
273	Омлет с морковью	150	Яйцо куриное диетическое	89,7	77,9	11,4	12,2	4,5	175,3	
			Молоко	48,7	48,7					
			Морковь	48,7	37,9					
			Масло растительное для смазывания противня	1,9	1,9					
			Масло сливочное	3,8	3,8					
			Соль йодированная	0,9	0,9					
			Сметана	20	20					
54-1соус-2020	Соус сметанный натуральный	40	Мука пшеничная	1	1	0,6	3,28	1,28	37,16	
			Масло сливочное	1	1					
			Вода	22	22					
54-4хс-2020	Компот из сухофруктов	200	Сухофрукт	20,4	20	0,4	0,14	18,4	75,87	
			Сахар	6,9	6,9					
			Вода	202	202					
333	Голубцы ленивые	80	Капуста белокочанная	60	44,4	6,96	6,88	3,36	103,2	
			Говядина бескостная	36	33,6					
			Лук репчатый	5,76	4,8					
			Крупа рисовая	4	3,92					
			Масло сливочное	2,4	2,4					
			Соль	0,8	0,8					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ИТОГО			2105		2358	2284	70	80	229	1923

Утверждаю
Заведующий МКДОУ д/с № 356
С.Г. Романюк
Приказ от 24.04.23

ДЕНЬ 7 (сад)

	№ рецептуры	Базадо	Выход порции	Наименование продукта	Вруто, г		Химический состав			Энер. цен.
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	279	Залежанка из творога	150	Творог	141	140	31,6	9,2	25,3	310
				Молоко	39	39				
				Сахар	10	10				
				Крупа манная	10	10				
				Сметана	5	5				
				Сухари	5	5				
				Яйцо	4,6	4				
	Соль	1,5	1,5							
	53-192	Масло сливочное (порции)	5	Масло сливочное	5	5	0,05	3,6	0,05	33,05
	Пром.	Молоко сгущенное	40	Молоко сгущенное	40	40	2,28	3,4	22,2	131,2
384	Чай с молоком	200	Чай-заварка	0,4	0,4	2,08	0,03	13,89	64,13	
			Вода	67	67					
			Сахар	13	13					
			Молоко	80	80					
			Пром.	Хлеб Ржаной	20					Хлеб Ржаной
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
Пром.	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	200	0,14	0,2	26,4	120	
ОБЕД	54-202	Горошек зелёный	60	Горошек зелёный консервированный	90	60	1,8	0,2	3,6	22,2
	86	Суп картофельный с гречневой крупой	200	Крупа гречневая	24	21	4,32	3,58	23,2	142,4
				Картофель	81,56	60				
				Лук репчатый	16,89	13,56				
				Морковь	16,89	13,56				
				Масло подсолнечное	3	3				
				Вода	210	210				
				Соль	0,7	0,7				
	Зелень	0,02	0,02							
	267	"Ежики" из говядины с рисом	80	Говядина	70	50	9,10	13,24	9,74	186,61
				Вода	8	8				
				Крупа рисовая	7	7				
				Лук репчатый	28	24				
				Масло сливочное	11	11				
	Мука пшеничная	6	6							
	311	Капуста тушёная	150	Капуста белокочанная	196	157	3,91	4,82	10,49	101
				Масло растительное	7	7				
				Морковь	7	6				
				Лук репчатый	11	9				
				Томат-поре	12	12				
Мука пшеничная				1,8	1,8					
Сахар				4	4					
Соль	0,4	0,4								
390	Комлот из фруктов	200	Фрукт	44,4	40	0,16	0,1	24,1	98	
			Сахар	20	20					
			Вода	172	172					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ПОЛДНИК	Пром.	Молоко кипячёное	200	Молоко	200	200	6,09	5,4	10,1	113,3
	Пром.	Кондитерские изделия	70	Кондитерские изделия	70	70	1,4	0,7	4,4	31
УЖИН	406	Печень тушёная с луком	80	Мука пшеничная	4,8	4,8	14,75	6,21	9,77	154,05
				Печень говяжья	84,89	81,6				
				Лук репчатый	25,03	20				
				Морковь	25,03	20				
				Масло сливочное	3,2	3,2				
				Масло подсолнечное	1,6	1,6				
				Вода	13,15	13,15				
	Соль	0,04	0,04							
	54-300с-2020	Соус красный основной	30	Мука пшеничная	1,5	1,5	1	0,72	2,68	21,24
				Томатная паста	6	6				
				Лук репчатый	1,36	1,2				
				Морковь	3	2,4				
				Зелень	0,12	0,12				
				Масло сливочное	0,9	0,9				
				Сахар	0,76	0,76				
				Лавровый лист	0,001	0,001				
				Соль	0,12	0,12				
	Вода	30	30							
	75	Вермишель с маслом	150	Макаронные изделия группы А	54	54	5,8	6,12	31,10	206,34
				Масло сливочное несоленое	7	7				
Соль йодированная				0,8	0,8					
54-23хн-2020	Кисель из свежих ягод	200	Ягода	25,73	24	0,27	0,13	12,27	50,53	
			Сахар	6,93	6,93					
			Крахмал	6	6					
			Вода	180	180					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ИТОГО			2150		2560	2408	91	60	272	1992



ДЕНЬ 8 (сад)

	№ рецептуры	Блюдо	Выход порция	Наименование продукта	3-7 лет		Химический состав			Энер. цен.
					Брутто, г	Нетто, г	Б	Ж	У	
ЗАВТРАК	268	Омлет натуральный	150	Яйца	106,15	92,31	12,92	14,54	3,23	196,2
				Молоко	57,69	57,69				
				Масло сливочное	4,62	4,62				
				Масло растительное	2,31	2,31				
	54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	20	Сыр	20,4	20	4,6	6	0	71,6
	391	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток	2	2	2,79	0,04	19,80	90,56
Молоко				100	100					
Сахар				15	15					
Пром	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
10:00	Пром.	Фрукт	100	Фрукт	142,7	100	1	0,7	14	59,33
ОБЕД	54	Икра морковная	60	Морковь	112,8	88	1,3	3,1	13,2	85,6
				Томатная паста	33,6	33,6				
				Лук	25,2	21,1				
				Масло растительное	7,2	7,2				
				Сахар	1,4	1,4				
	69	Суп картофельный с клёцками	200	Картофель	54,4	40	4,6	3,2	12,9	99,02
	Морковь			10	8					
	Лук репчатый			10	8					
	Масло подсолнечное			2	2					
	Бульон			150	150					
	Соль			0,18	0,18					
	Мука пшеничная			6,16	6,16					
	Масло сливочное			0,7	0,7					
	Яйцо			1,94	1,76					
	Лавровый лист			0,04	0,04					
	54-6г-2020	Рис отварной	150	Крупа рисовая	54	54	3,75	4,75	36,6	202,5
	Вода питьевая			259	259					
	Соль йодированная			0,5	0,5					
	Масло растительное			6,8	6,8					
	355	Соус сметанный с томатом	30	Мука пшеничная	2,2	2,2	0,52	0,64	2,02	16,2
				Томатная паста	3	3				
				Сметана	7,6	7,6				
	403	Компот из сухофруктов	200	Соль	0,02	0,02	0,33	0,20	21,87	90,58
				Вода	22,4	22,4				
Сухофрукт				20	37					
310	Суфле куриное	80	Вода	202	202	14,8	6,1	2,9	125,7	
			Мука пшеничная	2,9	2,9					
			Птица	156	55,9					
			Молоко	16,5	16,5					
			Масло сливочное	2,2	2,2					
			Масло подсолнечное	2,2	2,2					
			Яйцо	15,7	14,3					
			Вода	3,3	3,3					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ПОЛДНИК	409	Напиток из шиповника	200	Шиповник (целые плоды)	20	20	0,68	0	23,05	94,90
				Сахар	15	15				
				Вода	230	230				
54-14г-2020	Пюре из моркови и яблок	150	Морковь	68,5	54,75	0,9	0,15	8,25	39	
			Яблоко	61,9	54,75					
			Вода	75	75					
УЖИН	432	Картофель отварной в молоке	150	Картофель	181,6	133,5	4,5	5,6	26,6	173,75
				Масло растительное или масло сливочное	4,5	4,5				
				Молоко	45	45				
				Мука пшеничная	7,5	7,5				
	381	Чай с сахаром	200	Соль	0,5	0,5	0,12	0,00	15,44	73,24
				Чай-заварка	0,5	0,5				
	339	Котлета из говядины	80	Сахар	10	10	13,9	11	12,48	204,8
				Говядина бескостная	68,8	65,6				
				Хлеб пшеничный	15,2	15,2				
				Сухари	8,8	8,8				
				Молоко	18,4	18,4				
	354	Соус томатный	30	Масло растительное	1,6	1,6	0,16	1,23	1,57	18,02
Соль				0,32	0,32					
Вода или отвар овощной				15	15					
Мука пшеничная				1,5	1,5					
Масло сливочное				1,5	1,5					
Томат-пюре				4,5	4,5					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
		ИТОГО	2135		2780	2519	73	59	256	1848

Утверждаю
 Заведующий МКДОУ д/с № 356
 С.Г. Романюк
 Приказ 48 от
 23.03.18

ДЕНЬ 9 (сад)

	№ рецептуры	Блюдо	Выход порции	Наименование продукта	Брутто, г		Химический состав			Энерг. цен.		
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	140	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Макаронные изделия	16	16	5,72	5,06	18,84	143,8		
				Вода	60	60						
				Молоко	140	140						
				Сахар-песок	1,6	1,6						
				Масло сливочное	2	2						
				Соль йодированная	1,2	1,2						
	Пром.	Повидло	30	Повидло	30	30	0,12	0	19,5	78,6		
	384	Чай с молоком	200	Чай-заварка	0,4	0,4	2,08	0,03	13,89	64,13		
				Вода	67	67						
				Сахар	13	13						
Молоко				80	80							
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9			
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2			
10-00	Пром.	Сок фруктовый	200	Сок фруктовый	200	200	0,14	0,2	26,4	120		
ОБЕД	65	Свекольник	200	Свёкла	64	51	1,76	4,10	9,28	81,12		
				Картофель	46	34						
				Морковь	10	8						
				Лук репчатый	11	9						
				Масло сливочное	4	4						
				Сахар	1,3	1,3						
				Бульон или вода	160	160						
				Томат-пюре	3	3						
				Сметана	8	8						
				Соль	0,4	0,4						
	54-7ли-2020	Компот из свежих ягод	200	Ягода	32,11	32,11	0,27	0,13	8,4	35,4		
				Сахар	7	7						
	14	Салат из свежих огурцов	60	Вода	168	168	0,4	3,7	1,42	40		
				Соль	0,3	0,3						
				Масло растительное	3,6	3,6						
	54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	Соль	0,2	0,2	20	18,7	17	317,83		
				Картофель	141,2	103,8						
				Говядина бескостная	114,2	101						
Томатная паста				6,5	6,5							
Лук репчатый				17,17	13,83							
Масло сливочное				6,5	6,5							
Лавровый лист				0,02	0,02							
Соль	0,4	0,4										
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9			
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2			
ПОЛДНИК	Пром.	Кисломолочные продукты	200	Кисломолочные продукты	200	200	6,22	4,9	9,1	105		
	424	Булочка Веснушка	80	Мука пшеничная в/с	56	56	5,55	4,6	41,62	230,6		
				Мука пшеничная на подпыл	1	1						
				Сахар	6	6						
				Дрожжи	2	2						
				Соль йодированная	0,5	0,5						
				Масло растительное	5	5						
				Яйца (для смазки)	1,3	1,3						
				Изюм	3	3						
				Вода	23	23						
				Крупа рисовая	40	39,6					3,8	4,1
	237	Рис с овощами	150	Лук репчатый	25	21						
Морковь				17	13							
Кукуруза консервированная				17	10							
Горошек консервированный				16	10							
Масло растительное				4	4							
Соль				1	1							
88				Рыба, тушенная в томате с овощами	80	Рыба филе	83,2	78,4	12,48	6,36		
						Морковь	32	25,6				
	Лук	12,8	10,4									
	Масло растительное	6,4	6,4									
	Сахар	2,4	2,4									
	Томатная паста	2,4	2,4									
	Соль	0,64	0,64									
390	Компот из свежих фруктов	200	Фрукт	44,4	40	0,16	0,1	24,1	98			
			Сахар	20	20							
			Вода	172	172							
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9			
Пром.	Хлеб 1 сорт	25	Хлеб 1 сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2			
ИТОГО			2135		2345	2223	65	54	269	1828		



ДЕНЬ 10 (сад)

	№ рецептуры	Блюдо	Выход порции	Наименование продукта	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав			Энерг. цен.
					3-7 лет	3-7 лет	Б	Ж	У	
ЗА ВТ РАК	240	Пудинг творожный с яблоком	150	Мука пшеничная	6	6	16,62	11,9	17,43	243,3
				Яблоко	39	34,5				
				Молоко	23,1	23,1				
				Творог	78,5	78,5				
				Сметана	6	6				
				Масло сливочное	4,6	4,6				
				Яйцо	16,5	15				
					Сахар	6	6			
	Пром.	Молоко сгущенное	40	Молоко сгущенное	40	40	2,28	3,4	22,2	131,2
	53-19з	Масло сливочное (порциями)	5	Масло сливочное	5	5	0,05	3,6	0,05	33,05
391	Кофейный напиток с молоком	200	Кофейный напиток	2	2	2,79	0,04	19,80	90,56	
			Молоко	100	100					
			Сахар	15	15					
			Вода	120	120					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб I сорт	25	Хлеб I сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
10:00	Пром.	Фрукт	100	Фрукт	100	100	0,4	0,4	10,4	45
ОБ ЕД	35	Суп гороховый	200	Горох шлифованный	24	24	5,72	0,48	16,12	101,88
				Картофель	47	35				
				Морковь красная	16	13				
				Лук репчатый	10	8				
				Зелень	2	1,5				
				Соль йодированная	0,7	0,7				
				Вода питьевая	240	240				
	36	Салат из свёклы с морковью	60	Свёкла	45,6	36,6	0,78	6,18	4,26	76,2
				Масло растительное	6	6				
				Морковь	22,8	18				
				Соль	0,2	0,2				
	54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	Яблоко	45,2	40	0,15	0,14	9,93	41,5
				Сахар	7	7				
				Вода	170	170				
301	Птица тушеная в соусе	80	Мука пшеничная	2,96	2,96	12,53	1,8	2,9	77,76	
			Томатная паста	4	4					
			Птица(филе)	54,96	53,36					
			Сметана	9,92	9,92					
			Вода	29,68	29,68					
			Соль	0,3	0,3					
75	Вермишель с маслом	150	Макаронные изделия группы А	54	54	5,8	6,12	31,10	206,34	
			Масло сливочное несоленое	7	7					
			Соль йодированная	0,8	0,8					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб I сорт	25	Хлеб I сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
Пром.	Молоко кипячёное	200	Молоко	200	200	6,09	5,4	10,1	113,3	
Пром.	Кондитерские изделия	70	Кондитерские изделия	70	70	2,8	23,38	50,2	411,6	
УЖ ИН	54-24хн-2020	Кисель из свежих ягод	200	Ягода	25,73	24	0,27	1,22	11,89	58,78
				Сахар	6,93	6,93				
				Крахмал	6	6				
				Вода	180	180				
	92	Суфле из печени	80	Печень говяжья	80	66	13,11	5,47	3,67	116,41
				Молоко	24	24				
				Мука пшеничная	4,8	4,8				
				Масло растительное	2,4	2,4				
				Яйцо	0,2	8				
				Соль	0,4	0,4				
56	Пюре картофельное	150	Картофель	171,4	126	3	5,7	23,7	158,3	
			Молоко	24	24					
			Масло сливочное несоленое	6,8	6,8					
			Соль йодированная	0,5	0,5					
Пром.	Хлеб Ржаной	20	Хлеб Ржаной	20	20	0,56	0,12	4,4	19,9	
Пром.	Хлеб I сорт	25	Хлеб I сорт	25	25	1,4	0,5	9,7	49,2	
ИТОГО			2020		2300	2203	78	77	276	2112