

лактозу

## Ясли

13. 10. 25

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                                                   | Вес<br>блю<br>да                                                      | Пищевые вещества |       |              | Энергетиче<br>ская<br>ценность | №<br>рецепт<br>уры |  |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------|-------|--------------|--------------------------------|--------------------|--|
|                     |                                                                                      |                                                                       | Белки            | Жиры  | Углевод<br>ы |                                |                    |  |
| День 6              |                                                                                      |                                                                       |                  |       |              |                                |                    |  |
| ЗАВТРАК             | Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным молочная                           | 150                                                                   | 2,50             | 4,50  | 18,00        | 123                            | №311               |  |
|                     | Мучное изделие без содержания молоч. прод. промышленного производства в ассортименте | 30                                                                    | 6,10             | 4,60  | 10,30        | 107                            |                    |  |
|                     | Чай с сахаром                                                                        | 180                                                                   | 0,10             | 0,00  | 10,60        | 43                             | №685               |  |
|                     | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                                                     | 360                                                                   | 8,70             | 9,10  | 38,90        | 272,3                          |                    |  |
| ЗАВТРАК 2           | Сок в ассортименте                                                                   | 150                                                                   | 0,10             | 0,00  | 17,40        | 70                             | №518               |  |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2  |                                                                                      | 150                                                                   | 0,10             | 0,00  | 17,40        | 70                             |                    |  |
| ОБЕД                | Салат степной из разных овощей                                                       | 40                                                                    | 0,70             | 3,00  | 3,00         | 42                             | №25                |  |
|                     | Суп картофельный с мясными фрикадельками                                             | 150/15                                                                | 3,50             | 4,00  | 11,80        | 97                             | №137               |  |
|                     | Плов из птицы                                                                        | 130                                                                   | 8,50             | 10,90 | 15,10        | 193                            | №406               |  |
|                     | Компот из свежих яблок                                                               | 180                                                                   | 0,10             | 0,10  | 15,00        | 61                             | №631               |  |
|                     | Хлеб пшеничный                                                                       | 20                                                                    | 0,40             | 0,20  | 8,80         | 39                             |                    |  |
|                     | Хлеб ржаной                                                                          | 30                                                                    | 0,80             | 0,30  | 11,30        | 51                             |                    |  |
|                     | ИТОГО ЗА ОБЕД                                                                        |                                                                       | 515              | 14,00 | 18,50        | 65,00                          | 482,1              |  |
|                     | ПОЛДНИК                                                                              | Мучное изделие промышленного производства без содержания молоч. прод. | 30               | 2,90  | 2,30         | 15,50                          | 94                 |  |
| Молоко безлактозное |                                                                                      | 180                                                                   | 5,00             | 4,70  | 11,50        | 108                            | №516               |  |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК    |                                                                                      | 210                                                                   | 7,90             | 7,00  | 27,00        | 202,6                          |                    |  |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:      |                                                                                      | 1235                                                                  | 30,70            | 34,60 | 148,30       | 1027                           |                    |  |



Меню приготавливаемых блюд для питания детей с аллергией на молоч. белок и

лактозу

Возрастная категория:

Ясли

14.10.25

| Прием<br>пищи      | Наименование блюда                                                                             | Вес блюда | Пищевые вещества |       |               | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецеп-<br>туры |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|---------------|----------------------------|---------------------|
|                    |                                                                                                |           | Белки            | Жиры  | Углев-<br>оды |                            |                     |
| День 7             |                                                                                                |           |                  |       |               |                            |                     |
| ЗАВТРАК            | Каша пшенная жидкая на воде с маслом растительным                                              | 150       | 2,80             | 4,40  | 15,00         | 111                        | №311                |
|                    | Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молоч. продуктов в ассортименте | 20        | 2,90             | 3,70  | 14,20         | 102                        |                     |
|                    | Чай с лимоном                                                                                  | 180       | 0,10             | 0,00  | 10,50         | 42                         | №686                |
|                    | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                                                               | 350       | 6,00             | 8,20  | 44,10         | 274                        | №311                |
| ЗАВТРАК 2          | Сок в ассортименте                                                                             | 150       | 0,10             | 0,00  | 17,40         | 70                         | №518                |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 |                                                                                                | 150       | 0,10             | 0,00  | 17,40         | 70                         |                     |
| ОБЕД               | Салат картофельный с кукурузой и морковью" Мозайка"                                            | 40        | 0,80             | 3,00  | 5,00          | 50                         | №73                 |
|                    | Свекольник с мясом без сметаны                                                                 | 150/10    | 3,60             | 3,70  | 11,50         | 94                         | №34                 |
|                    | Биточки печеночные                                                                             | 60        | 9,80             | 4,80  | 5,90          | 106                        | №35/8               |
|                    | Каша гречневая вязкая с маслом растит.                                                         | 120       | 3,30             | 5,00  | 15,90         | 122                        | №510                |
|                    | Компот из смеси сухофруктов                                                                    | 150       | 0,20             | 0,00  | 11,20         | 46                         | №508                |
|                    | Хлеб пшеничный                                                                                 | 20        | 0,40             | 0,20  | 8,80          | 38                         |                     |
|                    | Хлеб ржаной                                                                                    | 20        | 0,50             | 0,30  | 7,60          | 34                         |                     |
|                    | ИТОГО ЗА ОБЕД                                                                                  | 530       | 18,50            | 17,00 | 65,90         | 489,5                      |                     |
| ПОЛДНИК            | Мучное изделие промышленного произв. без содержания молочных продуктов                         | 50        | 6,40             | 8,60  | 15,50         | 165                        |                     |
|                    | Чай с сахаром                                                                                  | 150       | 0,10             | 0,00  | 8,60          | 35                         | №685                |
|                    | Фрукт в ассортименте                                                                           | 95        | 0,20             | 0,00  | 5,40          | 22                         | №458                |
|                    | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                                                                               | 295       | 6,70             | 8,60  | 29,50         | 222,2                      |                     |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                                                                |           | 31,30            | 33,80 | 156,90        | 1055,7                     |                     |



Заведующий детское отделение  
Детский сад №21 «Светлячок»  
Ивановская О.С.  
Знакомая с аллергией на молоч. белок и тофу

## Ясли

15.10.25

| Прием пищи                | Наименование блюда                                    | Пищевые вещества |              |              |               | Энергетическая | № рецептур |
|---------------------------|-------------------------------------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|
|                           |                                                       | блюда            | Белки        | Жиры         | Углевод       |                |            |
| <b>День 8</b>             |                                                       |                  |              |              |               |                |            |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным     | 150              | 2,90         | 4,10         | 14,60         | 107            | №31        |
|                           | Бутерброд с джемом                                    | 15 10            | 1,10         | 0,40         | 14,60         | 66             | №2         |
|                           | Яйца вареные                                          | 40               | 5,10         | 4,60         | 0,30          | 63             | №300       |
|                           | Кофейный напиток на молоке специализ.                 | 150              | 1,80         | 1,70         | 9,10          | 59             | №501       |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>   |                                                       | <b>365,00</b>    | <b>10,90</b> | <b>10,80</b> | <b>38,60</b>  | <b>295</b>     |            |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>          | Сок в ассортименте                                    | 150              | 0,10         | 0,00         | 17,40         | 70             | №518       |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b> |                                                       | <b>150</b>       | <b>0,10</b>  | <b>0,00</b>  | <b>17,40</b>  | <b>70</b>      |            |
| <b>ОБЕД</b>               | Свекла отварная с маслом растительным                 | 40               | 0,60         | 3,20         | 2,50          | 41             | №56        |
|                           | Рассольник Ленинградский с мясом без сметаны          | 150/10           | 3,90         | 4,00         | 8,60          | 86             | №129       |
|                           | Котлеты рыбные любительские                           | 60               | 7,90         | 6,50         | 3,40          | 104            | №346       |
|                           | Картофель толченый по-деревенски                      | 120              | 2,20         | 7,50         | 15,30         | 138            | №208       |
|                           | Компот из свежих яблок                                | 180              | 0,10         | 0,10         | 15,00         | 61             | №631       |
|                           | Хлеб пшеничный                                        | 10               | 0,20         | 0,10         | 4,40          | 19             |            |
|                           | Хлеб ржаной                                           | 30               | 0,70         | 0,40         | 11,30         | 51             |            |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>      |                                                       | <b>560</b>       | <b>15,60</b> | <b>21,80</b> | <b>60,50</b>  | <b>500</b>     |            |
| <b>ПОЛДНИК</b>            | Мучное изделие промышленного производства без содерж. |                  |              |              |               |                |            |
|                           | молочн.продуктов в ассортименте                       | 40               | 3,50         | 2,00         | 18,00         | 104            |            |
|                           | Чай на молоке специализированном                      | 180              | 2,60         | 2,70         | 17,90         | 106            | №495       |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>   |                                                       | <b>220</b>       | <b>6,10</b>  | <b>4,70</b>  | <b>35,90</b>  | <b>210</b>     |            |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>     |                                                       | <b>1295</b>      | <b>32,70</b> | <b>37,30</b> | <b>152,40</b> | <b>1075</b>    |            |



Меню приготавливаемых блюд для питания детей с аллергией на молоч. белок и

лактозу

Возрастная категория:

Ясли

16.10.23

| Прием пищи         | Наименование блюда                                            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |         | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|--------------------|---------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|---------|----------------------------|----------------|
|                    |                                                               |              | Белки            | Жиры  | Углевод |                            |                |
| День 9             |                                                               |              |                  |       |         |                            |                |
| ЗАВТРАК            | Омлет натуральный на воде с подгарнировкой                    | 160          | 8,00             | 6,20  | 7,90    | 119                        | №340           |
|                    | Мучное изделие без содержания молочных продуктов              | 15           | 3,80             | 3,00  | 12,10   | 91                         |                |
|                    | Чай с сахаром                                                 | 180          | 0,10             | 0,00  | 10,60   | 43                         | №685           |
|                    | Хлеб пшеничный                                                | 10           | 0,20             | 0,10  | 4,40    | 19                         |                |
|                    | Хлеб ржаной                                                   | 10           | 0,30             | 0,10  | 3,80    | 17                         |                |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                                                               | 370          | 12,40            | 9,40  | 38,80   | 289,4                      |                |
| ЗАВТРАК 2          | Яблоки свежие печеные                                         | 130          | 0,60             | 0,60  | 15,50   | 70                         | №11,306        |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 |                                                               | 130          | 0,60             | 0,60  | 15,50   | 70                         |                |
| ОБЕД               | Салат из капусты белокочанной с морковью или Винигрет овощной | 40           | 0,60             | 3,00  | 3,80    | 45                         |                |
|                    | Суп лапша домашняя с курицей                                  | 150/10       | 3,50             | 3,70  | 12,90   | 99                         | №148           |
|                    | Шницель из мяса                                               | 50           | 3,00             | 6,50  | 5,90    | 106                        | №451           |
|                    | Овощи, припущенные с маслом растительным                      | 120          | 1,10             | 3,80  | 13,50   | 93                         | №210           |
|                    | Компот из кураги                                              | 150          | 0,30             | 0,00  | 12,60   | 52                         | №638           |
|                    | Хлеб пшеничный                                                | 20           | 0,40             | 0,20  | 8,80    | 39                         |                |
|                    | Хлеб ржаной                                                   | 30           | 0,70             | 0,40  | 11,30   | 52                         |                |
| ИТОГО ЗА ОБЕД      |                                                               | 520          | 12,40            | 17,90 | 69,20   | 487,5                      |                |
| ПОЛДНИК            | Мучное изделие без содержания молочных продуктов              | 30           | 2,60             | 3,30  | 14,00   | 96                         |                |
|                    | Молоко безлактозное                                           | 180          | 5,00             | 4,70  | 11,50   | 108                        | №515           |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                                               | 210          | 7,60             | 8,00  | 25,50   | 204,4                      |                |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                               |              | 33,00            | 35,90 | 149,00  | 1051,3                     |                |



Меню приготавливаемых блюд для питания детей с аллергией на молоч. белок и лактозу

Возрастная категория:

Ясли

17.10.25

| Прием пищи         | Наименование блюда                                                      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецепту<br>пл |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------|----------------------------|--------------------|
|                    |                                                                         |              | Белки            | Жиры  | Углево |                            |                    |
| День 10            |                                                                         |              |                  |       |        |                            |                    |
| ЗАВТРАК            | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая на воде с маслом растительным | 150          | 2,70             | 4,30  | 17,90  | 121                        | №311               |
|                    | Кондитерское изделие без содержания молочных продуктов                  | 20           | 6,50             | 4,10  | 12,10  | 111                        |                    |
|                    | Чай с лимоном                                                           | 180          | 0,10             | 0,00  | 10,50  | 42                         | №686               |
|                    | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                                        | 350          | 9,30             | 8,40  | 40,50  | 274,8                      |                    |
| ЗАВТРАК 2          | Сок в ассортименте                                                      | 150          | 0,10             | 0,00  | 17,40  | 70                         | №518               |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 |                                                                         | 150          | 0,10             | 0,00  | 17,40  | 70                         |                    |
| ОБЕД               | Салат из моркови с чесноком                                             | 40           | 0,60             | 3,00  | 3,50   | 43                         | №59                |
|                    | Уха рыбацкая                                                            | 150/50       | 4,80             | 5,50  | 12,60  | 119                        | №30/2              |
|                    | Биточки рубленые из птицы запеченные                                    | 60           | 6,70             | 7,40  | 7,40   | 123                        | №498               |
|                    | Макароны отварные с овощами                                             | 120          | 1,80             | 2,60  | 18,30  | 104                        | №294               |
|                    | Кисель                                                                  | 150          | 0,30             | 0,20  | 13,40  | 56                         | №505               |
|                    | Хлеб пшеничный                                                          | 10           | 0,20             | 0,10  | 4,40   | 19                         |                    |
|                    | Хлеб ржаной                                                             | 20           | 0,50             | 0,30  | 7,60   | 34                         |                    |
|                    | ИТОГО ЗА ОБЕД                                                           | 570          | 14,80            | 19,00 | 67,20  | 498,9                      |                    |
| ПОЛДНИК            | Мучное изделие без содержания молочных продуктов                        | 50           | 5,40             | 8,50  | 16,00  | 162                        |                    |
|                    | Фрукт в ассортименте                                                    | 95           | 0,40             | 0,00  | 5,40   | 23                         |                    |
|                    | Чай с сахаром                                                           | 150          | 0,10             | 0,00  | 8,60   | 35                         | №685               |
|                    | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК                                                        | 295          | 5,90             | 8,50  | 30,00  | 220,1                      |                    |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                                         |              | 30,10            | 35,90 | 151,00 | 1064                       |                    |



лактозу

## Ясли

| Прием пищи                | Наименование блюда                                                         | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                           |                                                                            |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 1</b>             |                                                                            |             |                  |              |               |                         |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Каша манная жидкая на воде с маслом растительным                           | 150         | 2,00             | 4,10         | 12,80         | 96                      | №311        |
|                           | Мучное изделие без содержания мол. продуктов промыш.произв. в ассортименте | 30          | 6,20             | 5,10         | 8,40          | 104                     |             |
|                           | Чай с сахаром                                                              | 180         | 0,10             | 0,00         | 10,60         | 43                      | №685        |
|                           | Фрукт в ассортименте                                                       | 95          | 0,20             | 0,00         | 8,20          | 33                      | №458        |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>   |                                                                            | <b>455</b>  | <b>8,45</b>      | <b>9,20</b>  | <b>40,00</b>  | <b>276,6</b>            |             |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>          | Сок в ассортименте                                                         | 150         | 0,10             | 0,00         | 17,40         | 70                      | №518        |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b> |                                                                            | <b>150</b>  | <b>0,10</b>      | <b>0,00</b>  | <b>17,42</b>  | <b>70</b>               |             |
| <b>ОБЕД</b>               | Салат из свеклы с чесноком                                                 | 40          | 0,60             | 3,00         | 3,40          | 43                      | №59         |
|                           | Рассольник домашний с мясом без сметаны                                    | 150/10      | 2,90             | 3,70         | 7,10          | 73                      | №131        |
|                           | Филе птицы запеченное с яйцом                                              | 50          | 6,30             | 6,40         | 2,00          | 91                      | №495        |
|                           | Каша гречневая вязкая с маслом растит.                                     | 120         | 3,30             | 5,00         | 15,90         | 122                     | №510        |
|                           | Компот из изюма                                                            | 150         | 0,20             | 0,00         | 12,80         | 52                      | №638        |
|                           | Хлеб пшеничный                                                             | 30          | 0,60             | 0,30         | 13,20         | 58                      |             |
|                           | Хлеб ржаной                                                                | 30          | 0,70             | 0,40         | 11,30         | 52                      |             |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>      |                                                                            | <b>520</b>  | <b>14,60</b>     | <b>18,80</b> | <b>65,70</b>  | <b>490,5</b>            |             |
| <b>ПОЛДНИК</b>            | Булочка с джемом(на воде и с маслом раст.)                                 | 50          | 2,10             | 5,60         | 24,80         | 158                     | №572        |
|                           | Молоко безлактозное                                                        | 150         | 4,40             | 3,20         | 4,10          | 63                      | №698        |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>   |                                                                            | <b>200</b>  | <b>6,50</b>      | <b>8,80</b>  | <b>28,90</b>  | <b>220,8</b>            |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>     |                                                                            | <b>1325</b> | <b>29,65</b>     | <b>36,80</b> | <b>152,02</b> | <b>1057,9</b>           |             |



Меню приготавливаемых блюд для питания детей с аллергией на молочный белок и

лактозу

Возрастная категория:

Ясли

21.10.25

| Прием пищи         | Наименование блюда                                                                       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|----------------|
|                    |                                                                                          |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                |
| День 2             |                                                                                          |              |                  |       |          |                            |                |
| ЗАВТРАК            | Каша ассорти на воде с маслом раст. (пшено, ячка)                                        | 150          | 2,50             | 4,50  | 16,20    | 115                        | №18/4          |
|                    | Мучное изделие без содерж.молочных продуктов пром.произв. в ассор.                       | 30           | 6,10             | 5,00  | 12,00    | 117                        |                |
|                    | Чай с сахаром                                                                            | 180          | 0,10             | 0,00  | 10,60    | 43                         | №685           |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                                                                                          | 360          | 8,70             | 9,50  | 38,80    | 276                        |                |
| ЗАВТРАК 2          | Яблоки свежие печеные                                                                    | 130          | 0,60             | 0,60  | 15,50    | 70                         | №11,306        |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 |                                                                                          | 130          | 0,60             | 0,60  | 15,50    | 70                         |                |
| ОБЕД               | Салат из моркови и яблок или Салат "Любительский"                                        | 40           | 0,60             | 3,10  | 6,50     | 56                         | №9             |
|                    | Суп гороховый с гренками                                                                 | 150/15       | 2,70             | 3,00  | 16,50    | 104                        | №139           |
|                    | Жаркое по домашнему                                                                      | 150          | 8,50             | 9,60  | 19,00    | 196                        | №436           |
|                    | Компот из свежих яблок                                                                   | 180          | 0,10             | 0,10  | 15,00    | 61                         | №631           |
|                    | Хлеб пшеничный                                                                           | 10           | 0,20             | 0,10  | 4,40     | 19                         |                |
|                    | Хлеб ржаной                                                                              | 30           | 0,70             | 0,40  | 11,30    | 51                         |                |
| ИТОГО ЗА ОБЕД      |                                                                                          | 535          | 13,70            | 16,20 | 73,00    | 492                        |                |
| ПОЛДНИК            | Кондитерское изделие промышленного производства без содерж. молочных продуктов в ассорт. | 30           | 5,20             | 2,70  | 11,80    | 92                         |                |
|                    | Молоко безлактозное                                                                      | 180          | 5,00             | 4,70  | 11,50    | 108                        | №515           |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                                                                          | 210          | 10,20            | 7,40  | 23,30    | 201                        |                |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                                                          | 1235         | 33,20            | 33,70 | 150,60   | 1039                       |                |



Меню приготавливаемых блюд для питания детей с аллергией на молоч. белок и лактозу

Возрастная категория:

Если

RR 10 R5

| Прием пищи         | Наименование блюда                                            | Вес блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность | № рецептуры |          |
|--------------------|---------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------------------------|-------------|----------|
| День 3             |                                                               |           |                  |                         |             |          |
| ЗАВТРАК            | Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным             | 150       | 2,90             | 4,10                    | 14,60       | 107 №311 |
|                    | Бутерброд с джемом                                            | 15 10     | 1,10             | 0,40                    | 14,60       | 66 №2    |
|                    | Чай на молоке специализированном                              | 180       | 2,60             | 2,70                    | 17,90       | 106 №495 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК   |                                                               | 355       | 6,60             | 7,20                    | 47,10       | 279      |
| ЗАВТРАК 2          | Сок в ассортименте                                            | 150       | 0,10             | 0,00                    | 17,40       | 70 №518  |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 |                                                               | 150       | 0,10             | 0,00                    | 17,40       | 70       |
| ОБЕД               | Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком              | 40        | 0,70             | 3,10                    | 3,60        | 45 №75   |
|                    | Щи из свежей капусты с картофелем с мясом без сметаны         | 150 10    | 3,50             | 3,50                    | 4,70        | 64 №142  |
|                    | Гуляш                                                         | 60        | 6,70             | 7,00                    | 1,90        | 97 №437  |
|                    | Макаронные изделия отварные с маслом растительным             | 110       | 1,80             | 3,70                    | 27,60       | 151 №516 |
|                    | Напиток из шиевника                                           | 150       | 0,10             | 0,00                    | 17,30       | 70 №705  |
|                    | Хлеб пшеничный                                                | 10        | 0,20             | 0,10                    | 4,40        | 19       |
|                    | Хлеб ржаной                                                   | 30        | 0,70             | 0,40                    | 11,30       | 61       |
|                    | ИТОГО ЗА ОБЕД                                                 |           | 560              | 13,70                   | 17,80       | 70,80    |
| ПОЛДНИК            | Мучное изделие пром. произв. без содержан. молочных продуктов | 40        | 8,20             | 9,70                    | 9,80        | 159      |
|                    | Чай с сахаром                                                 | 180       | 0,10             | 0,00                    | 10,60       | 43 №685  |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                                               | 220       | 8,30             | 9,70                    | 20,40       | 202      |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                               | 1285      | 28,70            | 34,70                   | 155,70      | 1058     |



Заведующий Утверждаю  
каф. к. И. Восточной ф. Детский  
Д. И. Карпов

Ясли

23 10. 25

лактозу

«Детский сад №21  
Светлана

| Прием пищи                | Наименование блюда                                       | Вес блюда   | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------------------|----------------------------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
|                           |                                                          |             | Белки            | Жиры         | Углеводы      |                         |             |
| <b>День 4</b>             |                                                          |             |                  |              |               |                         |             |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Каша ячневая жидкая на воде с маслом растительным        | 150         | 2,50             | 4,50         | 18,00         | 123                     | №311        |
|                           | Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 10          | 1,50             | 1,50         | 10,50         | 62                      |             |
|                           | Яйца вареные                                             | 40          | 5,10             | 4,60         | 0,30          | 63                      | №300        |
|                           | Чай с сахаром                                            | 180         | 0,10             | 0,00         | 10,60         | 43                      | №685        |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>   |                                                          | <b>380</b>  | <b>9,20</b>      | <b>10,60</b> | <b>39,40</b>  | <b>289,8</b>            |             |
| <b>ЗАВТРАК 2</b>          | Напиток из шиповника                                     | 150         | 0,10             | 0,00         | 17,30         | 70                      |             |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b> |                                                          | <b>150</b>  | <b>0,10</b>      | <b>0,00</b>  | <b>17,30</b>  | <b>70</b>               |             |
| <b>ОБЕД</b>               | Салат из капусты белокочанной                            | 40          | 0,60             | 3,00         | 2,80          | 41                      | №1          |
|                           | Суп картофельный с рыбой                                 | 150/50      | 4,80             | 5,50         | 12,60         | 119                     | №150        |
|                           | Котлета домашняя из говядины и свинины                   | 50          | 9,20             | 6,60         | 3,70          | 110                     | №450        |
|                           | Рагу овощное                                             | 120         | 1,70             | 3,50         | 14,90         | 98                      | №541        |
|                           | Компот из смеси сухофруктов                              | 150         | 0,20             | 0,00         | 11,20         | 46                      | №508        |
|                           | Хлеб пшеничный                                           | 20          | 0,40             | 0,20         | 8,80          | 39                      |             |
|                           | Хлеб ржаной                                              | 20          | 0,50             | 0,30         | 7,50          | 34                      |             |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>      |                                                          | <b>560</b>  | <b>17,40</b>     | <b>19,00</b> | <b>61,50</b>  | <b>487</b>              |             |
| <b>ПОЛДНИК</b>            | Мучное изделие промышленного производства в ассортименте | 30          | 1,70             | 2,30         | 18,50         | 102                     |             |
|                           | Молоко безлактозное                                      | 180         | 5,00             | 4,70         | 11,50         | 108                     | №515        |
| <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>   |                                                          | <b>210</b>  | <b>6,70</b>      | <b>7,00</b>  | <b>30,00</b>  | <b>209,8</b>            |             |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>     |                                                          | <b>1300</b> | <b>33,40</b>     | <b>36,60</b> | <b>132,20</b> | <b>1056,6</b>           |             |



Меню приготавливаемых блюд для питания детей с аллергией на мол. белок и

лактозу

Возрастная категория:

Ясли

24.10.25

| Прием<br>пищи      | Наименование блюда                                   | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |              | Энергет<br>ическа<br>я | №<br>рецеп<br>туры |
|--------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|--------------|------------------------|--------------------|
|                    |                                                      |              | Белки            | Жиры  | Угледов<br>ы |                        |                    |
| День 5             |                                                      |              |                  |       |              |                        |                    |
| ЗАВТРАК            | Каша гречневая вязкая отварная с маслом растительным | 130          | 3,40             | 4,50  | 14,70        | 113                    | №510               |
|                    | Бутерброд с джемом                                   | 20/20        | 1,20             | 0,50  | 19,60        | 88                     | №2                 |
|                    | Кофейный напиток на молоке специализированном        | 180          | 2,30             | 2,20  | 11,90        | 77                     | №501               |
|                    | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                     | 350          | 6,90             | 7,20  | 46,20        | 277,2                  |                    |
| ЗАВТРАК 2          | Сок                                                  | 150          | 0,10             | 0,00  | 17,40        | 70                     |                    |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 |                                                      | 150          | 0,10             | 0,00  | 17,40        | 70                     |                    |
| ОБЕД               | Икра морковная                                       | 40           | 0,80             | 2,90  | 3,50         | 43                     | №119               |
|                    | Борщ с капустой и картофелем с мясом без сметаны     | 150/10       | 3,00             | 4,30  | 10,40        | 92                     | №110               |
|                    | Рыба запеченая                                       | 60           | 10,90            | 5,30  | 3,00         | 103                    | №377               |
|                    | Картофель толченый по-деревенски                     | 120          | 2,20             | 7,50  | 15,30        | 138                    | №208               |
|                    | Кисель                                               | 150          | 0,30             | 0,20  | 13,40        | 56                     | №505               |
|                    | Хлеб пшеничный                                       | 10           | 0,30             | 0,10  | 4,40         | 19                     |                    |
|                    | Хлеб ржаной                                          | 20           | 0,50             | 0,30  | 7,50         | 34                     |                    |
| ИТОГО ЗА ОБЕД      |                                                      | 530          | 17,70            | 20,60 | 56,80        | 483,6                  |                    |
| ПОЛДНИК            | Сдоба обыкновенная на воде с маслом растительным     | 50           | 3,70             | 4,10  | 26,50        | 157                    | №570               |
|                    | Молоко безлактозное                                  | 150          | 4,40             | 3,20  | 4,10         | 63                     | №515               |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК   |                                                      | 200          | 8,10             | 7,30  | 30,60        | 220,1                  |                    |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ:     |                                                      | 1230         | 32,80            | 35,10 | 151,00       | 1051                   |                    |



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114403

Владелец Паникаровская Ольга Сергеевна

Действителен с 17.04.2025 по 17.04.2026