



МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6	8.1	24.5	196
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	180	10.1	8.5	57.5	346
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0.3		27.9	114
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2.7	2.3	12.5	82
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
Итого		10.5	11	75.2	444
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	180	0.7	0.7	17.6	85
Итого					
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.9	8.3	9.6	132
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ) (аллергики)	200	1.4	2	9.4	82
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13.9	8.3	3.5	144
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	15.6	0.9	0.5	73
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	23.5	20.1	0.5	276
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ	140	3.2	9.1	23.8	193
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2.7	5.1	22.1	146
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0.6	0.3	16.7	83
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (аллергики)	180	0.6	0.2	8.5	50
Итого		25.1	26.9	76.6	665
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	17.4	22.5	18.3	345
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	200	21.3	21.9	18	354

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4.1	3.8	29.8	169
Итого		24.4	27.1	73.1	632
Всего		60	65	224.9	1741

Медицинская сестра Шилова

Шилова Н.Ю.

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ № 051
Куранда Ю.Б./

МЕНЮ

7 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	40	5	9.1	10.3	144
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6	8.1	24.5	196
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	180	10.1	8.5	57.5	346
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.6	4.7	16.4	131
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
Итого		16.6	21.9	51.2	471
II Завтрак					
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5	4.5	8.1	102
Итого		5	4.5	8.1	102
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0.5	0.1	1	8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3.9	8.3	9.6	132
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ) (аллергики)	200	3.8	7.6	9.4	121
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	11.2	17.2	9.1	236
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ (аллергики)	80	14.7	22.8	0.2	265
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.9	3.1	12.8	92
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	140	1.8	2.9	9.3	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180				
Итого		22	29.6	63.5	613
Полдник					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13.9	8.3	3.5	144
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	15.6	0.9	0.5	73
МЯСО (ГОВЯДИНА) ОТВАРНОЕ (аллергики)	80	23.5	20.1	0.5	276
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2.8	4.9	18.6	131

ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (БЕЗ МОЛОКА) (аллергики)	140	2.1	5	16.5	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0.2	0.1	11.3	44
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	4.1	3.8	29.8	169
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		22.7	17.7	81.5	576
Всего		66.3	73.7	204.3	1762

Медицинская сестра

Шилова

Шилова Н.Ю.