

СОГЛАСОВАНО



Заведующий
ГБДОУ № 051
/Куранда Ю.Б./

МЕНЮ

23 сентября 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	132
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
Итого		16.6	21.9	51.2	472
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	13.6	21.9	0.2	252
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	140	2.9	3.1	12.8	92
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	140	1.5	5	8.3	85
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 С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		9.9	40
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	570
Всего		66.3	73.7	204.3	1703

Медицинская сестра

Шилова

Шилова Н.Ю.

СОГЛАСОВАНО



МЕНЮ

24 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.6	0.6	24.9	109
КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	180	6.4	9.7	35.8	281
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	180	10.1	8.5	57.5	340
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		10.7	12.6	73.2	452
II Завтрак					
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5.2	7.2	7.6	97
Итого		5.2	7.2	7.6	97
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.1	4.5	50
САЛАТ ОВОЩНОЙ (аллергики)	60	0.6	6.1	3.9	73
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.9	2.4	15.2	90
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200	4.9	4.8	15.6	125
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	13.6	14.3	13.7	207
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	80	23.5	20.1	0.5	270
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МОРКОВЬЮ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2.9	4.4	17.2	121
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (БЕЗ МОЛОКА) (аллергики)	140	2.1	5	16.5	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ССК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180				
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1
Итого		24.7	28.1	73.6	645
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	31.7	20.5	30	441
ГОВЯДИНА ДУХОВАЯ С КАРТОФЕЛЕМ (ЖАРКОЕ) (аллергики)	170	18.1	18.6	15.4	301
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0.6	1.6	4.1	37
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
ЧАЙ (БЕЗ САХАРА) (аллергики)	180	0.1		0.2	1

БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0.4	0.3	10.3	47
Итого		34.3	23	60.9	598
Всего		74.9	70.9	215.3	1792

Медицинская сестра Шилова

Шилова Н.Ю.