

Утверждено

МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Сад 24 часа



Наименование блюда

Выход

Химический состав

Белки, г

Жиры, г

Углеводы, г

Энергетическая
ценность,
ккал

Завтрак

БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,6	9	10,9	122
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	4,7	6,3	26,6	174
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3	13,7	94
Итого		9,9	18,3	51,2	390

II Завтрак

ФРУКТ СЕЗОННЫЙ 100	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		0,4	0,4	9,8	47

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1	8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	200	4,1	3,8	14,4	104
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	80	22	5,5	6,1	152
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	150	3,3	10,1	24,5	192
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	21,4	88
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70
Итого		33,9	20,7	91,6	665

Полдник

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	7,6	4	28,1	174
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,8	0,2	15,3	69
Итого		8,4	4,2	43,4	243

Ужин 1

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	20,7	18	20,2	306
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,7	37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70
Итого		24,4	19,2	53,1	464

Ужин 2

КЕФИР	150	4,4	3,8	6	80
Итого		4,4	3,8	6	80
Всего		81,4	66,6	255,1	1889

Цзв ер пс ед о
Рент



МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,6	9	10,9	122
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190	4,4	6,2	26,1	169
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3	13,7	94
Итого		9,6	18,2	50,7	385
II Завтрак					
ФРУКТЫ СЕЗОННЫЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	200	3,9	3,7	14,1	102
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	80	2,1	4,7	6,1	69
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	140	3,1	9,8	23,1	183
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70
Итого		13,6	19,5	89	568
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,3	15	16,7	258
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	8,7	37
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	7,8	4,9	20,1	150
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
Итого		26,9	20,2	56,1	494
Всего		50,5	58,3	205,6	1494

Удобрение
 [Подпись]



МЕНЮ

31 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,6	9	10,9	122
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,5	4,8	20,5	133
КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,6	2,1	10,9	71
Итого		7,7	15,9	42,3	326
II Завтрак					
ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого		0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3		0,7	5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	3,6	3,4	12,1	90
ПУДИНГ РЫБНЫЙ	70	1,6	3,9	5,2	58
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ	130	2,5	8	19,5	151
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3	0,1	17,7	73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,9	13,6	70
Итого		11,9	16,5	79,4	498
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	10,7	9,8	11,1	166
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,2	31
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	6,3	3,7	16,1	117
Итого		19,9	16,1	38,9	371
Всего		39,9	48,9	170,4	1242