

Утверждаю

СП "Детский сад "Чудо-Град" ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный

руководитель

Алькина И.В./



## МЕНЮ

18 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	30,23	14,7	12,1	10,5	209
СОУС СЛАДКИЙ	20	1,02			2,8	11
КАКАО С МОЛОКОМ	160	8,64	3,2	2,7	8,7	73
БАТОН	20	0,63	1,6	0,6	10	52
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,43		3,7		33
Итого		43,94	19,5	19,1	32	378
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО	130	15,10	0,5	0,5	11,2	54
Итого		15,10	0,5	0,5	11,2	54
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,95	0,2		0,5	4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	15,43	5,7	6,5	13,7	134
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	110	2,62	3,3	3,4	14,9	104
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНО-ОВОЦНОМ СОУСЕ	50	14,32	6,6	6,5	3,1	98
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,87	0,1		5,8	25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,47	1,5	0,1	9,9	47
Итого		34,65	17,4	16,5	47,9	412
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	4,90	0,1	0,1	7,8	34
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	1,07	3	0,8	18,6	92
Итого		5,97	3,1	0,9	26,4	126
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	70	1,60	0,7	1,2	4,5	32
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	16,97	8,7	10,4	1,6	133
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,69	0,1		6,6	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,62	1,9	0,3	12,2	59
Итого		19,88	11,4	11,9	24,9	251
Всего		119,54	51,9	48,9	142,4	1221

Медицинская сестра

*А*

Щербакова Ю.С.



Утверждаю

СП "Детский сад "Чудо-Град" ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный



**МЕНЮ**  
18 сентября 2024 г.

**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	37,23	18,5	13,9	12,3	246
СОУС СЛАДКИЙ	30	2,04			5,6	23
КАКАО С МОЛОКОМ	190	9,49	3,6	3	10	82
БАТОН	25	0,78	1,9	0,7	12,4	64
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,63		3,7		33
Итого		53,17	24	21,3	40,3	448
<b>II Завтрак</b>						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	130	15,33	0,5	0,5	11,4	55
Итого		15,33	0,5	0,5	11,4	55
<b>Обед</b>						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	1,58	0,4		0,8	6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	18,60	6,9	7,6	17,9	165
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ	130	3,64	5,5	5,1	24,9	167
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В ТОМАТНО-ОВОЩНОМ СОУСЕ	70	15,87	7,4	7,2	7,9	127
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	1,45	0,1		9,9	43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	0,58	1,9	0,2	12,4	59
Итого		41,72	22,2	20,1	73,8	567
<b>Полдник</b>						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	4,66	0,1	0,1	8,1	35
СУХАРИКИ ХЛЕБНЫЕ	50	1,07	3	0,8	18,6	92
Итого		5,73	3,1	0,9	26,7	127
<b>Ужин</b>						
САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩЕЙ	70	1,80	0,8	1	4,9	31
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	20,02	9,4	12,2	2,5	157
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,74	0,1		6,6	27
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,03	3,2	0,4	20,3	98
Итого		23,58	13,5	13,6	34,3	313
Всего		139,52	63,3	56,4	186,5	1510

Медицинская сестра  Щербакова Ю.С.