

Утверждаю

СП "Детский сад "Чудо-Град" ГБОУ СОШ "ОЦ "Южный город" пос. Придорожный
 Алькина И.В./



МЕНЮ
 24 октября 2024 г.

Сад 12 часов

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА | 160 | 38,69 | 18,7 | 13,9 | 17,5 | 266 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 10,63 | 3,5 | 2,8 | 11,6 | 87 |
| БАТОН | 35 | 2,10 | 2,3 | 0,9 | 15 | 77 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 3,68 | | 3,7 | | 34 |
| Итого | | 55,08 | 24,5 | 21,3 | 44,1 | 464 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ | 115 | 9,32 | 0,6 | 0,1 | 11,9 | 51 |
| Итого | | 9,32 | 0,6 | 0,1 | 11,9 | 51 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 50 | 4,60 | 0,7 | 2,5 | 1,6 | 33 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | 17,97 | 7,2 | 7,5 | 20,3 | 184 |
| ПЕРЛОВКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 130 | 5,72 | 3,8 | 4,1 | 27,1 | 160 |
| ПОДЛИВКА КУРИНАЯ | 70 | 10,34 | 5,9 | 6,4 | 2,4 | 92 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 180 | 4,25 | 0,1 | 0,1 | 10,2 | 43 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,20 | 1,6 | 0,1 | 10,8 | 51 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,92 | 1,2 | 0,2 | 7,5 | 36 |
| Итого | | 45,00 | 20,5 | 20,9 | 79,9 | 599 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 220 | 16,66 | 5,7 | 4,9 | 8 | 105 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 3,24 | 1,4 | 1,7 | 13,4 | 75 |
| Итого | | 19,90 | 7,1 | 6,6 | 21,4 | 180 |
| Ужин | | | | | | |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 180 | 41,71 | 18,4 | 8 | 7,1 | 173 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 50 | 2,10 | 0,5 | 1,6 | 2,8 | 29 |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 1,24 | 0,1 | | 10,4 | 45 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,92 | 1,2 | 0,2 | 7,5 | 36 |
| Итого | | 45,96 | 20,2 | 9,8 | 27,8 | 283 |
| Всего | | 175,26 | 72,9 | 58,7 | 185,1 | 1577 |

Медицинская сестра  Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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

руководитель

Алькина И.В./

МЕНЮ

24 октября 2024 г.

Ясли 12 часов



| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| ЛЕНИВЫЙ ПИРОГ ИЗ ТВОРОГА | 150 | 32,80 | 15,1 | 12,8 | 13,4 | 228 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 9,63 | 3,2 | 2,6 | 10,9 | 81 |
| БАТОН | 30 | 1,80 | 2 | 0,8 | 12,8 | 66 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 3,70 | | 3,7 | | 34 |
| Итого | | 47,94 | 20,3 | 19,9 | 37,1 | 409 |
| II Завтрак | | | | | | |
| СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ | 115 | 9,31 | 0,6 | 0,1 | 11,9 | 51 |
| Итого | | 9,31 | 0,6 | 0,1 | 11,9 | 51 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 30 | 3,86 | 0,6 | 1,6 | 1,4 | 24 |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 160/9 | 16,50 | 6,2 | 7,4 | 18,1 | 169 |
| ПЕРЛОВКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ | 110 | 3,87 | 2,2 | 2,9 | 16,2 | 100 |
| ПОДЛИВКА КУРИНАЯ | 60 | 9,16 | 5,2 | 5,8 | 2,3 | 82 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК | 150 | 3,30 | 0,1 | 0,1 | 9,5 | 39 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 1,44 | 2 | 0,2 | 12,9 | 61 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,92 | 1,2 | 0,2 | 7,5 | 36 |
| Итого | | 39,04 | 17,5 | 18,2 | 67,9 | 511 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 170 | 12,87 | 4,5 | 3,9 | 6,1 | 81 |
| ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 3,24 | 1,4 | 1,7 | 13,4 | 75 |
| Итого | | 16,12 | 5,9 | 5,6 | 19,5 | 156 |
| Ужин | | | | | | |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 170 | 41,12 | 17,5 | 6,8 | 1 | 136 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ | 30 | 1,88 | 0,5 | 1,6 | 3,1 | 30 |
| ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | 0,71 | 0,1 | | 5,9 | 25 |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 0,92 | 1,2 | 0,2 | 7,5 | 36 |
| Итого | | 44,62 | 19,3 | 8,6 | 17,5 | 227 |
| Всего | | 157,03 | 63,6 | 52,4 | 153,9 | 1354 |

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.