

Утверждаю

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

руководитель
Алькина И.В./



МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	29,31	12,5	11,7	7,1	185
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	2,68	0,6	1,6	3,1	28
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,96	0,2		6,2	26
БАТОН	20	1,37	1,5	0,6		51
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,86		3,9		35
Итого		38,17	14,8	17,8	26,2	325
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,18	0,6	0,1	11,7	50
Итого		9,18	0,6	0,1	11,7	50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	2,56	0,3	0,9	3	23
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	12,94	5	7,3	18,8	165
ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	10,78	6,8	8,4	21,7	190
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	2,57	0,1	0,1	8,3	35
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	1,5	0,1	10,1	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,03	1,3	0,2	8,4	40
Итого		31,00	15	17	70,3	500
Полдник						
КЕФИР	180	11,62	4	3,5	5,5	73
БАТОН	20	1,37	1,5	0,6	9,8	51
ПОВИДЛО	5	1,23			3,4	14
Итого		14,22	5,5	4,1	18,7	138
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	43,68	18,3	7,8	2,4	153
СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,97	0,4	1,2	2	20
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,1		5,5	23
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,03	1,3	0,2	8,4	40
Итого		46,28	20,1	9,2	18,3	236
Всего		138,86	56	48,2	145,2	1249

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

Сад 12 часов



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	33,38	15,8	12,1	12,1	215
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	3,57	0,9	2,2	4,1	39
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,11	0,2		7	29
БАТОН	25	1,71	1,9	0,7	12,2	63
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,85		3,9		35
Итого		43,63	18,8	18,9	35,4	381
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,18	0,6	0,1	11,7	50
Итого		9,18	0,6	0,1	11,7	50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	3,51	0,7	1,7	4,5	35
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	15,53	5,6	9,3	21,8	199
ПЛОВ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	13,28	8,9	9,9	32,3	255
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	2,69	0,1	0,1	9,9	41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,68	2,3	0,2	15,1	71
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,28	1,6	0,2	10,5	50
Итого		37,98	19,2	21,4	94,1	651
Полдник						
КЕФИР	220	14,21	4,9	4,3	6,8	90
БАТОН	25	1,71	1,9	0,7	12,2	63
ПОВИДЛО	8	1,97			5,4	22
Итого		17,89	6,8	5	24,4	175
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	46,52	19,4	9,1	5,1	179
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1,22	0,3	3	1,6	35
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	1,34	0,2	0,1	10,5	46
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,28	1,6	0,2	10,5	50
Итого		50,37	21,5	12,4	27,7	310
Всего		159,05	66,9	57,8	193,3	1567

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.