

Утверждаю

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

руководитель

/Алькина И.В./



МЕНЮ

20 ноября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	170	14,28	5,8	7,8	20	175
КАКАО С МОЛОКОМ	160	9,40	3,4	2,8	9,2	77
БАТОН	20	1,70	1,9	0,7	12,2	63
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	4,69		4,7		43
СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,40	1,9	2,4		30
Итого		36,47	13	18,4	41,4	388
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,01	0,6	0,1	11,5	49
Итого		9,01	0,6	0,1	11,5	49
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	30	1,81	0,6	1,9	2,8	31
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/9	19,21	4,7	7,5	12,5	140
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	130	25,96	8,6	9,3	18,4	192
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	2,00	0,6	0,9	2,9	22
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,65	0,3		10,5	43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,94	1,3	0,1	8,5	40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,00	1,3	0,2	8,2	39
Итого		51,58	17,4	19,9	63,8	507
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	180	3,08	0,1	0,1	6,8	29
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	2,00	2,2	0,6	12,5	64
Итого		5,08	2,3	0,7	19,3	93
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,47	4,4	3,9	0,2	54
РАГУ ОВОЩНОЕ	170	10,96	3,2	5,8	9,2	99
ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,01	0,2		6,9	28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,00	1,3	0,2	8,2	39
Итого		24,44	9,1	9,9	24,5	220
Всего		126,58	42,4	49	160,5	1257

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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



МЕНЮ

20 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	190	14,82	7,1	7,8	25,6	203
КАКАО С МОЛОКОМ	180	10,24	3,7	3,1	10,6	86
БАТОН	25	2,13	2,4	0,9	15,2	79
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	3,88		3,9		36
СЫР ПОРЦИЯМИ	12	7,66	2,3	2,9		36
Итого		38,72	15,5	18,6	51,4	440
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,01	0,6	0,1	11,5	49
Итого		9,01	0,6	0,1	11,5	49
Обед						
САЛАТ ЛУКОВЫЙ С КУКУРУЗКОЙ	50	1,97	0,7	1,8	3,3	33
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСОКОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	21,41	5,5	7,9	14,5	156
ЛАПШЕВНИК С МЯСОМ	150	31,61	11,5	10,2	27,7	250
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1,44	0,4	0,9	2,3	19
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,74	0,3		11,8	49
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,12	2,9	0,2	19	90
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,25	1,6	0,2	10,2	49
Итого		60,55	22,9	21,2	88,8	646
Полдник						
НАПИТОК ИЗ ЯБЛОК	200	2,97	0,1	0,1	7,2	30
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	2,88	3,9	0,8	23,3	116
Итого		5,85	4	0,9	30,5	146
Ужин						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	11,51	4,4	4	0,2	54
РАГУ ОВОЩНОЕ	190	12,33	3,3	8,6	9,7	124
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,12	0,2		7	29
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,25	1,6	0,2	10,2	49
Итого		26,21	9,5	12,8	27,1	256
Всего		140,34	52,5	53,6	209,3	1537

Медицинская сестра _____ Щербакова Ю.С.