

Утверждаю

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



МЕНЮ

23 января 2025 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	40,61	19,5	13,9	13,3	252
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	3,77	1	2,2	4,4	40
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,23	0,2		7,1	29
БАТОН	25	1,54	1,7	0,7	11	57
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,70		3,7		34
Итого		50,85	22,4	20,5	35,8	412
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,15	0,6	0,1	11,7	50
Итого		9,15	0,6	0,1	11,7	50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	50	5,22	0,6	1,7	5,5	41
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	18,80	7,1	10,2	24	221
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	200	19,76	8,3	11,1	7,2	165
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	2,46	0,4		12,1	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,47	2	0,2	13,2	62
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,15	1,5	0,2	9,4	45
Итого		48,85	19,9	23,4	71,4	585
Полдник						
КЕФИР	220	19,03	6,6	5,6	9,1	120
БАТОН	25	1,54	1,7	0,7	11	57
ПОВИДЛО	8	1,82			5	20
Итого		22,39	8,3	6,3	25,1	197
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	56,87	24,3	9,2	5,4	202
СОУС ТОМАТНЫЙ	50	2,02	0,5	3,1	2,6	41
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	1,82	0,3	0,1	12,2	56
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,15	1,5	0,2	9,4	45
Итого		61,86	26,6	12,6	29,6	344
Всего		193,11	77,8	62,9	173,6	1588

Медицинская сестра  Щербакова Ю.С.

Утверждаю

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



МЕНЮ
23 января 2025 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	34,54	15,2	13,2	7,9	210
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	2,84	0,7	1,5	3,3	30
ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,06	0,2		6,3	26
БАТОН	20	1,23	1,4	0,5	8,8	46
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,68		3,7		34
Итого		43,35	17,5	18,9	26,3	346
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	115	9,15	0,6	0,1	11,7	50
Итого		9,15	0,6	0,1	11,7	50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	4,06	0,4	1,1	4	28
СУП РИСОВЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/8	15,83	6,1	8,1	21	185
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ МЯСОМ	160	17,09	7,6	9,2	7	142
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	2,20	0,4		10,8	45
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,98	1,3	0,1	8,8	42
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,92	1,2	0,2	7,5	36
Итого		41,08	17	18,7	59,1	478
Полдник						
КЕФИР	180	15,57	5,3	4,7	7,5	98
БАТОН	20	1,23	1,4	0,5	8,8	46
ПОВИДЛО	5	1,14			3,1	13
Итого		17,94	6,7	5,2	19,4	157
Ужин						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ПОЛЬСКИ	180	53,53	23	7,9	2,6	174
СОУС ТОМАТНЫЙ	20	1,33	0,5	1,3	2,6	23
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,77	0,1		6	26
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,92	1,2	0,2	7,5	36
Итого		56,55	24,8	9,4	18,7	259
Всего		168,08	66,6	52,3	135,2	1290

Медицинская сестра _____ Щербакова Ю.С.