

Утверждаю

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



МЕНЮ
 30 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	190	13,85	6,1	6,7	20,1	166
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	11,01	3,7	3	11,6	88
БАТОН	35	2,49	2,8	1,1	17,7	92
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,83		3,9		35
Итого		31,17	12,6	14,7	49,4	381
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ	120	9,55	0,6	0,1	12,2	52
Итого		9,55	0,6	0,1	12,2	52
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50	4,82	0,7	3,7	1,9	45
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	19,66	7,3	9,4	19,3	189
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	14,60	3,8	4,1	27,3	162
КУРЫ ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	70	10,73	6	7,5	3,2	106
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	2,56	0,4		12,1	51
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	2,48	3,4	0,3	22,3	105
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,03	1,3	0,2	8,4	41
Итого		55,89	22,9	25,2	94,5	699
Полдник						
КЕФИР	200	17,56	6,3	5,4	8,6	114
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,03	3,9	0,8	22	111
Итого		20,59	10,2	6,2	30,6	225
Ужин						
ЗАПЕЧЕНАЯ РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	220	45,57	18,7	7,5	6,7	170
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	200	3,36	0,2	0,2	11,6	52
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,55	2	0,3	12,6	61
Итого		50,48	20,9	8	30,9	283
Всего		167,68	67,2	54,2	217,6	1640

Медицинская сестра _____

Щербакова Ю.С.



Утверждаю

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



МЕНЮ

30 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	170	11,42	4,9	5,3	16,1	134
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	160	9,38	3,1	2,5	9,6	75
БАТОН	30	2,13	2,4	0,9	15,2	79
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	3,86		3,9		35
Итого		26,79	10,4	12,6	40,9	323
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 КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	30	3,07	0,5	1,8	1,1	24
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	160/7	13,89	5,6	7	11	126
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	11,37	3	3	21,6	126
КУРЫ ТУШЕНЫЕ С ОВОЩАМИ И ТОМАТОМ	60	9,46	5,3	6,7	2,3	91
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	2,07	0,3		10,4	43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,38	1,9	0,2	12,4	58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,03	1,3	0,2	8,4	41
Итого		42,27	17,9	18,9	67,2	509
Полдник						
КЕФИР	170	14,93	5,1	4,5	7,1	94
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	30	1,82	2,2	0,5	13,2	67
Итого		16,75	7,3	5	20,3	161
Ужин						
ЗАПЕЧЕНАЯ РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	200	42,10	17,7	5,9	4,9	145
ОТВАР ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ЯБЛОКОМ	180	2,30	0,1		7	31
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,03	1,3	0,2	8,4	41
Итого		45,43	19,1	6,1	20,3	217
Всего		140,39	55,3	42,7	160,4	1260

Медицинская сестра

Щербакова Ю.С.