Руководитель СП Де годий бад Солны до коо тус №1 ГБ ОУ СОЛНЫ 100 год тус №1

/หัวเอง หัวหลัด Ba H.H./

# **МЕНЮ** 10 октября 2024 г.

#### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Хи	Энерге- тическая		
	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завтрак				
КАША РИСОВАЯ	150	4,79	7,65	21,01	173,15
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	21/9/5	3,75	7,21	10,34	121,73
KAKAO	178	4,40	4,75	10,92	105,32
Итого		12,94	19,61	42,27	400,20
	II Завтрак				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	145	0,75	0,15	14,81	64,34
Итого	•	0,75	0,15	14,81	64,34
	Обед				
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	39	0,59	1,11	3,44	26,39
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	178	6,69	6,47	18,76	164,13
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	177	3,10	5,16	24,26	156,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,51	0,33	16,06	77,29
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,64	30,56
Итого		12,89	13,07	70,16	454,62
	Полдник				
ПРЯНИК	20	1,15	0,92	14,61	71,27
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,46	0,03	12,06	50,70
Итого		1,61	0,95	26,67	121,97
	Ужин				
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	8,88	2,02	3,95	69,52
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	154	3,59	6,50	12,45	124,42
ХЛЕБ	35	1,57	0,13	10,30	48,61
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,28	0,12	11,08	51,71
Итого		14,32	8,77	37,78	294,26
Всего		42,51	42,55	191,69	1 335,39
Стоимость 164,15	71.				

Медицинская сестра \_\_\_\_\_\_ Зуева М.В

Руководитель СП Детский сад Сопинший корти №1

### МЕНЮ

10 октября 2024 г.

#### Сад 12 часов

Белки, г Миры, г Миры, г Миры, г Каял         Ценность, каял           Завтрак           КАША РИСОВАЯ         198         5,87         8,91         29,39         222,42           БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ         31/15/7         4,97         9,39         15,33         166,33           КАКАО         198         5,34         5,72         13,08         126,77           Игого         16,18         24,02         57,80         515,52           В Ватрак           II Завтрак           СОК ЯБЛОЧНЫЙ         183         0,92         0,18         18,52         78,86           Митого         0,92         0,18         18,52         78,86           Обед           Обед           САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХИЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21 <th rowspan="2">Наименование блюда</th> <th rowspan="2">Выход</th> <th colspan="3">Химический состав</th> <th>Энерге- тическая</th>	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая			
КАША РИСОВАЯ         198         5,87         8,91         29,39         222,42           БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ         31/15/7         4,97         9,39         15,33         166,33           КАКАО         198         5,34         5,72         13,08         126,77           Итого         16,18         24,02         57,80         515,52           II Завтрак           СОК ЯБЛОЧНЫЙ         183         0,92         0,18         18,52         78,86           Мтого         0,92         0,18         18,52         78,86           Мтого         0,92         0,18         18,52         78,86           Обед           САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХІСББ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал			
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ         31/15/7         4,97         9,39         15,33         166,33           КАКАО         198         5,34         5,72         13,08         126,77           Итого         16,18         24,02         57,80         515,52           II Завтрак           СОК ЯБЛОЧНЫЙ         183         0,92         0,18         18,52         78,86           Обед           Обед           САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЯЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200	Завтрак								
КАКАО 198 5,34 5,72 13,08 126,777 Итого 16,18 24,02 57,80 515,52 II Завтрак  COK ЯБЛОЧНЫЙ 183 0,92 0,18 18,52 78,86 Итого 0,92 0,92 0,92 0,92 0,92 0,92 0,92 0,92	КАША РИСОВАЯ	198	5,87	8,91	29,39	222,42			
II Завтрак           III Завтрак           СОК ЯБЛОЧНЫЙ         183         0,92         0,18         18,52         78,86           Итого         Обед           Обед           САЛАТ ИЗ РЕГІЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,95           КАПУСТА ТУШЕНЬЯ         153         3,56         4,98	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/15/7	4,97	9,39	15,33	166,33			
II Завтрак   183   0,92   0,18   18,52   78,86   Итого   0,92   0,18   18,52   78,86   Итого   0,92   0,18   18,52   78,86   Обед   Обед	KAKAO	198	5,34	5,72	13,08	126,77			
СОК ЯБЛОЧНЫЙ 183 0,92 0,18 18,52 78,86 Итого 0,92 0,18 18,52 78,86 Итого 0,92 0,18 18,52 78,86 Итого 0,92 0,18 18,52 78,86 ОБЕД  САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА 49 0,71 2,26 4,15 40,22 БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ 198 7,33 7,57 22,83 193,67 КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ 196 3,77 5,16 29,78 181,12 ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ 48 3,16 0,42 20,20 97,21 КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ 200 0,00 0,00 9,68 38,70 Итого 14,97 15,41 86,64 550,92 ПОЛДНИК  ПРЯНИК 50 2,28 1,81 28,96 141,34 КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200 0,49 0,03 14,57 60,96 ИТОГО 2,77 1,84 43,53 202,30 УЖИН  КОТЛЕТА РЫБНАЯ 61 9,79 3,06 5,26 87,85 КАПУСТА ТУШЕНАЯ 153 3,56 4,98 12,20 109,94 ХЛЕБ 51 3,86 0,31 25,41 119,92 НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200 0,32 0,13 12,20 57,24 ИТОГО 17,53 8,48 55,07 374,95 Всего 52,37 49,93 261,56 1 722,55	Итого		16,18	24,02	57,80	515,52			
Итого         0,92         0,18         18,52         78,86           Обед           САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         10,94           ХЛЕБ         51         3,96         0,31         25,41 <td>II 3</td> <td>автрак</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td>	II 3	автрак							
Обед           САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           КОТЛЕТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         <	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	183	0,92	0,18	18,52	78,86			
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА         49         0,71         2,26         4,15         40,22           БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           МОПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24	Итого	•	0,92	0,18	18,52	78,86			
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ         198         7,33         7,57         22,83         193,67           КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24		Обед							
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ         196         3,77         5,16         29,78         181,12           ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37	САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	49	0,71	2,26	4,15	40,22			
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ         48         3,16         0,42         20,20         97,21           КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37         49,93         261,56         1 722,55	БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	198	7,33	7,57	22,83	193,67			
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ         200         0,00         0,00         9,68         38,70           Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37         49,93         261,56         1 722,55	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	196	3,77	5,16	29,78	181,12			
Итого         14,97         15,41         86,64         550,92           ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАГИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37         49,93         261,56         1 722,55	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,16	0,42	20,20	97,21			
ПОЛДНИК           ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37         49,93         261,56         1 722,55	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70			
ПРЯНИК         50         2,28         1,81         28,96         141,34           КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37         49,93         261,56         1 722,55	Итого		14,97	15,41	86,64	550,92			
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ         200         0,49         0,03         14,57         60,96           Итого         2,77         1,84         43,53         202,30           Ужин           КОТЛЕТА РЫБНАЯ         61         9,79         3,06         5,26         87,85           КАПУСТА ТУШЕНАЯ         153         3,56         4,98         12,20         109,94           ХЛЕБ         51         3,86         0,31         25,41         119,92           НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА         200         0,32         0,13         12,20         57,24           Итого         17,53         8,48         55,07         374,95           Всего         52,37         49,93         261,56         1 722,55	Пс	олдник							
Итого       2,77       1,84       43,53       202,30         Ужин         КОТЛЕТА РЫБНАЯ       61       9,79       3,06       5,26       87,85         КАПУСТА ТУШЕНАЯ       153       3,56       4,98       12,20       109,94         ХЛЕБ       51       3,86       0,31       25,41       119,92         НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА       200       0,32       0,13       12,20       57,24         Итого       17,53       8,48       55,07       374,95         Всего       52,37       49,93       261,56       1 722,55	ПРЯНИК	50	2,28	1,81	28,96	141,34			
УжинКОТЛЕТА РЫБНАЯ619,793,065,2687,85КАПУСТА ТУШЕНАЯ1533,564,9812,20109,94ХЛЕБ513,860,3125,41119,92НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА2000,320,1312,2057,24Итого17,538,4855,07374,95Всего52,3749,93261,561,722,55	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,49	0,03	14,57	60,96			
КОТЛЕТА РЫБНАЯ       61       9,79       3,06       5,26       87,85         КАПУСТА ТУШЕНАЯ       153       3,56       4,98       12,20       109,94         ХЛЕБ       51       3,86       0,31       25,41       119,92         НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА       200       0,32       0,13       12,20       57,24         Итого       17,53       8,48       55,07       374,95         Всего       52,37       49,93       261,56       1 722,55	Итого		2,77	1,84	43,53	202,30			
КАПУСТА ТУШЕНАЯ1533,564,9812,20109,94ХЛЕБ513,860,3125,41119,92НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА2000,320,1312,2057,24Итого17,538,4855,07374,95Всего52,3749,93261,561 722,55		Ужин							
ХЛЕБ     51     3,86     0,31     25,41     119,92       НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА     200     0,32     0,13     12,20     57,24       Итого     17,53     8,48     55,07     374,95       Всего     52,37     49,93     261,56     1 722,55	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	61	9,79	3,06	5,26	87,85			
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА2000,320,1312,2057,24Итого17,538,4855,07374,95Всего52,3749,93261,561 722,55	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	153	3,56	4,98	12,20	109,94			
Итого     17,53     8,48     55,07     374,95       Всего     52,37     49,93     261,56     1 722,55	ХЛЕБ	51	3,86	0,31	25,41	119,92			
Bcero 52,37 49,93 261,56 1 722,55	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,32	0,13	12,20	57,24			
	Итого		17,53	8,48	55,07	374,95			
Стоимость 195,47	Всего		52,37	49,93	261,56	1 722,55			
	Стоимость 195,47								

Медицинская сестра \_\_\_\_\_\_ Зуева М.В

руководитель СП"Детский сада Солиний в коргус

ГБОУ СОІ МОВТЬ ТОТРОЙКЕ САМИВЬНІЙ КОІВ В НЯТ

### МЕНЮ

10 октября 2024 г.

#### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Хи	Энерге- тическая		
	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завтрак				
КАША РИСОВАЯ	205	6,00	9,32	29,60	227,42
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/7/10	4,06	8,72	14,79	154,33
KAKAO	200	4,65	4,95	11,95	112,30
Итого		14,71	22,99	56,34	494,05
	II Завтрак				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	199	0,95	0,19	19,17	81,61
Итого		0,95	0,19	19,17	81,61
	Обед				
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	56	0,76	1,37	4,46	33,64
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	210	8,20	9,79	23,50	220,46
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	205	17,88	8,14	30,09	283,03
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,81	0,37	17,97	86,46
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,62	34,48
Итого		29,65	19,67	84,64	658,07
	Полдник				
ПРЯНИКИ	50	2,49	1,98	31,63	154,36
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,45	0,03	14,08	58,75
Итого		2,94	2,01	45,71	213,11
	Ужин				
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	11,53	3,15	5,27	95,75
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,71	5,18	12,95	115,44
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,73	0,30	24,54	115,84
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,33	0,14	12,47	58,67
Итого		19,30	8,77	55,23	385,70
Всего		67,55	53,63	261,09	1 832,54
Стоимость 203,47					

Медицинская сестра \_\_\_\_\_\_ Зуева М.В

руководитель СП «Детский сада Солийний» (З орпус)
ГБОУ СОЛИТП.Т. Строй кера мика

OSPE /KAKOHI BIROBA H.H/

#### **МЕНЮ** 10 октября 2024 г.

#### Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Хи	Энерге- тическая		
	Быход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завтрак				
КАША РИСОВАЯ	150	4,4	6,9	22,5	170
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/5/10	4	7,3	10,5	126
KAKAO	180	4	4,4	10,1	96
Итого		12,4	18,6	43,1	392
	II Завтрак				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	151	0,7	0,1	14,6	62
Итого		0,7	0,1	14,6	62
	Обед				
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0,4	1,1	2,4	21
БОРЩ С МЯСОМ КУР И СМЕТАНОЙ	180	8,7	11,1	20,3	226
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ СПЕЧЕНЬЮ	195	16,7	4,4	23,9	219
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,8	0,4	17,8	86
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		28,6	17	71,2	579
	Полдник				
ПРЯНИКИ	26	1,5	1,2	18,9	92
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,4		11,8	49
Итого		1,9	1,2	30,7	141
	Ужин				
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	7,6	2,3	5,4	72
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	2,9	4,4	10,1	95
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	21,1	100
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11	52
Итого		14	7,1	47,6	319
Всего		57,6	44	207,2	1493
Стоимость 171,87					

Медицинская сестра

**Утвержда** разоват

руководитель СП «Детсум» сада сописа (3 орпус)

ГБСУ ССВ Мотп.т. Стройкер амика

ТСКИ / K pho ha k cas 1 H.H/

## MEHO

10 октября 2024 г.

#### Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Хи	Энерге- тическая		
	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	Завтрак				
КАША РИСОВАЯ	200	5,8	8,8	29,5	222
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/7/10	4,8	9,4	16,1	169
KAKAO	200	4,5	4,8	11,8	110
Итого		15,1	23	57,4	501
	II Завтрак				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	181	0,9	0,2	17,6	75
Итого	•	0,9	0,2	17,6	75
	Обед				
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	53	0,7	1,5	4,2	33
БОРЩ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	205	9,4	11,4	24,2	247
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ПЕЧЕНЬЮ	215	19,6	8,3	29,3	291
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	52	3,4	0,5	22	106
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого	•	33,1	21,7	88,4	712
	Полдник				
ПРЯНИКИ	65	3,7	3	47,4	232
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,5		14,2	59
Итого		4,2	3	61,6	291
	Ужин				
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	12,7	3,2	5,2	100
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,6	4,9	12,7	113
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	53	4,1	0,3	26,6	126
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,6	59
Итого		20,7	8,5	57,1	398
Всего		74	56,4	282,1	1977
Стоимость 221,30					

Медицинская сестра \_\_\_\_\_\_ Зуева М.Е