

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Солнышко-рамка
Клишникова Н.Н./



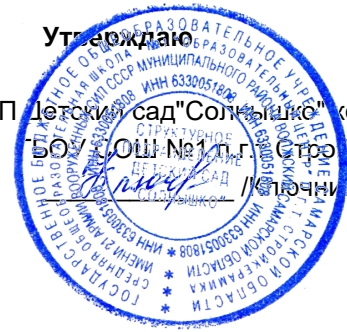
МЕНЮ
13 января 2025 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,51	5,95	21,79	159,00
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	18/5	1,40	3,72	9,14	75,65
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,58	2,64	8,49	68,64
Итого		8,49	12,31	39,42	303,29
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	1,00	0,20	19,75	85,79
Итого		1,00	0,20	19,75	85,79
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,45	2,46	2,64	34,41
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	6,47	6,97	18,17	166,34
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	60	7,36	8,56	4,56	124,67
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	2,72	3,35	17,69	111,74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,28	0,30	14,57	70,11
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,87	31,45
Итого		19,28	21,64	65,50	538,72
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	57	6,04	8,42	36,34	245,06
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	181	0,11	0,04	16,66	68,10
Итого		6,15	8,46	53,00	313,16
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	121	4,36	3,51	27,81	160,40
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,58	2,70	2,33	36,03
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,81	0,23	18,50	87,33
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	3,79	15,41
Итого		12,93	11,04	52,73	362,17
Всего		47,85	53,65	230,40	1 603,13
Стоимость 128,30					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
БОУ СОШ №1 п.г.т.о. керамика
Спичникова Н.Н./



МЕНЮ

13 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,33	6,71	25,91	185,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	27/7	2,13	5,35	13,88	112,26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,67	2,69	10,05	75,69
Итого		10,13	14,75	49,84	373,48
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	204	1,02	0,20	20,59	87,65
Итого		1,02	0,20	20,59	87,65
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,75	2,41	4,38	42,16
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6,52	8,48	20,10	188,53
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	70	7,44	8,36	4,92	124,81
КАША ЯЧНЕВАЯ	130	2,91	3,25	18,95	116,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,84	0,38	18,21	87,60
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		20,46	22,88	76,24	598,38
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	56	6,60	8,40	42,49	271,93
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	201	0,11	0,04	16,48	67,42
Итого		6,71	8,44	58,97	339,35
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	131	4,36	3,38	27,81	159,21
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,58	2,70	2,33	36,03
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,49	0,28	22,97	108,39
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	4,04	16,56
Итого		13,63	10,96	57,45	383,19
Всего		51,95	57,23	263,09	1 782,05
Стоимость 136,64					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.

