

Руководитель: **С.П. Детский сад "Солнышко" корпус №1**
ОУ СОШ № 1 г.г. Стройкерамика
Д.Почникова Н.Н./



МЕНЮ

14 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	178	5,56	7,20	24,69	186,34
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	28/15/7	4,51	8,62	13,47	150,24
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,96	3,03	9,99	79,76
Итого		13,03	18,85	48,15	416,34
II Завтрак					
ЯБЛОКО	159	0,64	0,64	15,60	74,82
Итого		0,64	0,64	15,60	74,82
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,66	4,96	3,88	62,66
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ КУР	203	9,82	6,13	25,23	195,88
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	67	8,52	9,63	5,62	143,32
КАША ЯЧНЕВАЯ	117	2,64	3,25	17,16	108,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,83	0,38	18,11	87,15
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		24,47	24,35	79,68	636,06
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,79	9,53	41,10	277,42
КАКАО	198	4,52	4,80	10,79	105,82
Итого		11,31	14,33	51,89	383,24
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,29	3,83	27,38	161,30
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,54	2,51	2,18	33,62
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,59	0,29	23,59	111,34
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,29	0,13	11,99	55,85
Итого		13,81	11,36	65,44	425,11
Всего		63,26	69,53	260,76	1 935,57
Стоимость 160,57					

Медицинская сестра _____

Зуева М.В

руководитель СП Детский сад Солнышко (3 корпус)
 БОУ СОШ № 11 г. Стройкерамика
 Плочникова Н.Н/



МЕНЮ

14 октября 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	6,8	19,7	161
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/5/6	2,9	6	9,5	105
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,3	3,4	9,9	84
Итого		11,4	16,2	39,1	350
II Завтрак					
ЯБЛОКО	123	0,5	0,5	12,1	58
Итого		0,5	0,5	12,1	58
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	31	0,5	3	2,6	40
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ КУР	165	7,9	6,2	20,9	172
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	55	8,9	10,3	4,7	148
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	2,4	2,7	15,7	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	41	2,7	0,4	17,4	84
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			6,8	27
Итого		22,4	22,6	68,1	568
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	55	5,5	7,3	34,2	224
КАКАО	180	4	4,5	10,2	98
Итого		9,5	11,8	44,4	322
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,5	2,8	22,6	130
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	37	0,7	3,1	2,7	42
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	19,1	90
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	11	52
Итого		12,3	10,7	55,7	375
Всего		56,1	61,8	219,4	1673
Стоимость 144,98					

Медицинская сестра _____

Зуева М.В

Утверждаю
 руководитель СГ Детский сад Сокольничко (3 корпус)
 ГБОУ СОШ №114 Стройкерамика
 Любимова Н.Н.



МЕНЮ

14 октября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	195	5,8	7,5	23,3	184
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,7	8,6	13,8	152
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	3,3	10,7	86
Итого		13,7	19,4	47,8	422
II Завтрак					
ЯБЛОКО	143	0,6	0,6	15,3	73
Итого		0,6	0,6	15,3	73
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	4,8	4,3	64
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ КУР	200	9,7	5,6	26,4	195
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	65	8,9	10	5,6	148
КАША ЯЧНЕВАЯ	125	2,8	3,1	18,2	112
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,2	0,4	20,8	100
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,3	33
Итого		25,3	23,9	83,6	652
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,5	9,2	39,7	268
КАКАО	195	4,4	4,8	11,5	108
Итого		10,9	14	51,2	376
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,1	4,2	33	191
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	44	0,8	3,7	3,2	50
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,4	0,3	60
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	0,3	22,8	108
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,3	0,1	12,1	57
Итого		14,6	12,7	71,4	466
Всего		65,1	70,6	269,3	1989
Стоимость 167,87					

Медицинская сестра _____

Зуева М.В