

Утверждаю

Руководитель СП Детский сад "Солнышко" корпус №1
БСМ СОШ №1 г. Стройкерамика
Зюева Н.Н./



МЕНЮ
18 ноября 2024 г.
Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГЕРКУЛЕСОВЫЙ	200	5,36	7,60	19,54	168,90
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	26/15/7	4,10	8,03	12,33	138,52
КАКАО	172	4,64	4,88	11,39	109,61
Итого		14,10	20,51	43,26	417,03
II Завтрак					
НАПИТОКИ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,25	0,11	9,34	43,99
Итого		0,25	0,11	9,34	43,99
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	54	0,79	4,97	4,63	66,33
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	5,41	6,78	16,62	155,65
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	67	6,79	7,92	5,60	120,99
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	129	3,19	3,84	20,18	127,96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2,82	0,38	18,06	86,92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70
Итого		19,00	23,89	74,77	596,55
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,85	9,65	41,14	278,75
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,08	0,03	16,98	68,92
Итого		6,93	9,68	58,12	347,67
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	203	5,71	6,58	30,54	206,55
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,56	0,29	23,39	110,39
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	4,11	16,93
Итого		9,39	6,87	58,04	333,87
Всего		49,67	61,06	243,53	1 739,11
Стоимость 131,12					

Медицинская сестра Зюева М.В. Зуева М.В.

руководитель СД "Детский сад "Солнышко" (2 корпус)
ЗВОМ СОШ №1 п.г.т. Стройкерамика
Клюшникова Н.Н./



МЕНЮ

18 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ "ГЕРКУЛЕСОВЫЙ" ЖИДКИЙ	200	5,40	7,21	18,91	163,07
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,61	7,64	14,90	147,40
КАКАО	210	5,18	5,40	12,17	119,67
Итого		15,19	20,25	45,98	430,14
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,32	0,13	10,36	49,87
Итого		0,32	0,13	10,36	49,87
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,66	5,13	3,86	64,21
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	5,27	6,00	18,41	153,97
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	55	5,97	7,13	5,81	111,57
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,19	3,94	20,18	128,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,25	0,43	20,80	100,06
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	8,77	35,06
Итого		18,34	22,63	77,83	593,67
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6,82	9,63	41,19	278,71
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,09	0,03	14,33	58,55
Итого		6,91	9,66	55,52	337,26
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	205	5,72	6,76	29,31	203,32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,79	0,31	24,90	117,52
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	5,21	21,38
Итого		9,65	7,07	59,42	342,22
Всего		50,41	59,74	249,11	1 753,16
Стоимость 129,94					

Медицинская сестра

Зуева М.В

