

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 СП "Детский сад" Солнышко (3 корпус)
 БСОУ СОШ №11 г. Солнечногорск
 Зайчикова 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	5,4	7,7	19	168
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	3,9	7,6	13,2	138
КАКАО	200	5	5,2	12	116
Итого		14,3	20,5	44,2	422
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	10,4	50
Итого		0,3	0,1	10,4	50
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,7	5	4,3	65
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	5,4	6,9	17,4	160
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	55	6	7,4	5,4	113
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,2	4,1	20,1	130
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,6	35
Итого		17,9	23,8	72,8	585
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	7	9,8	41,2	281
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,1		15,1	62
Итого		7,1	9,8	56,3	343
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	205	5,2	6,9	27,6	197
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	0,3	23,5	111
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		5,2	21
Итого		9	7,2	56,3	329
Всего		48,6	61,4	240	1729
Стоимость 132,78					

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