

Руководитель ОГ "Детский сад "Солнышко" корпус №1
 БОУ СОШ № 1 п.г.т. Стройкерамика
 Плечеева Н.Н./



МЕНЮ

22 января 2024 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	145	3.7	4.5	14.7	115
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/6/4	1.7	4.5	6	71
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2.1	2.2	6.7	57
Итого		7.5	11.2	27.4	243
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	156	0.8	0.2	15.8	67
Итого		0.8	0.2	15.8	67
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	38	0.5	2.9	2.5	38
ЩИ С ТУШЕНКОЙ СО СМЕТАНОЙ	180	6.7	7	16	157
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	59	9.4	10.7	5	154
КАША ЯЧНЕВАЯ	120	2.4	2.7	15.7	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	34	2.3	0.3	14.4	69
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7.8	31
Итого		21.3	23.6	61.4	546
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	56	5.8	7.5	34.2	227
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	182	0.1		11.2	45
Итого		5.9	7.5	45.4	272
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4.2	3.7	26.7	157
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	45	0.9	4.1	3.5	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.7	0.2	17.6	83
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		4.1	17
Итого		7.9	8	51.9	311
Всего		43.4	50.5	201.9	1439
Стоимость 110,35					

Медицинская сестра _____

Зуева М.В.

Руководитель СГ «Детский сад "Солнышко" корпус №1
 БОУ СОШ №1, Стройкерамика
 Стояникова Н.Н./



МЕНЮ

22 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	164	5	6.7	21.1	166
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	23/15/7	3.5	7.1	11.2	124
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2.7	2.8	9.3	73
Итого		11.2	16.6	41.6	363
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	162	0.8	0.2	16.4	70
Итого		0.8	0.2	16.4	70
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	51	0.8	5	4.4	65
ЩИ С ТУШЕНКОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	7.4	8.4	17.2	178
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	70	10.9	12	5.7	174
КАША ЯЧНЕВАЯ	130	2.9	3.6	18.8	119
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	43	2.8	0.4	18.2	88
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9.7	39
Итого		24.8	29.4	74	663
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6.8	9.6	41.2	277
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	202	0.1		15.8	63
Итого		6.9	9.6	57	340
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	152	5.3	4.5	34.2	198
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	48	0.9	4.1	3.5	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.4	0.3	22.2	105
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.1	17
Итого		9.7	8.9	64	374
Всего		53.4	64.7	253	1810
Стоимость 133,91					

Медицинская сестра _____

Зуева М.В.

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" корпус №3
 БОУ СОШ №11г. Стройкерамика
 Клочникова Н.Н./



МЕНЮ

22 января 2024 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	208	6.4	8.2	26.1	204
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	31/15/7	4.7	8.6	16	161
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.5	3.6	11.4	93
Итого		14.6	20.4	53.5	458
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	158	0.8	0.2	16	68
Итого		0.8	0.2	16	68
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	52	0.8	5	4.4	65
ЩИ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	7.2	8.3	17.6	181
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУР	73	11	12.2	5.9	177
КАША ЯЧНЕВАЯ	124	2.9	2.4	18.8	108
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	52	3.5	0.5	22.2	107
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9.7	39
Итого		25.4	28.4	78.6	677
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	65	6.8	9.6	41.2	278
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	201	0.1		14.8	60
Итого		6.9	9.6	56	338
Ужин					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.3	4.7	34.2	200
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0.9	4.3	3.7	58
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.8	0.3	25.3	120
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.1	17
Итого		10.1	9.3	67.3	395
Всего		57.8	67.9	271.4	1936
Стоимость 148,62					

Медицинская сестра _____

Зуева М.В.