

Утверждено

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ №7 п.г.т. Стройкерамика
Клюев И.Н.Н./



МЕНЮ
23 октября 2023 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	180	5.4	8.3	18.6	171
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	21/7/6	3.1	6.6	10.8	116
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3.4	3.6	10.3	88
Итого		11.9	18.5	39.7	375
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	19.5	85
Итого		1	0.2	19.5	85
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0.5	2.8	2.7	38
ЩИ С ТУШЕНКОЙ СО СМЕТАНОЙ	180	7.4	8.3	18.3	184
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	75	12.8	4	6.2	112
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	122	2.3	2.9	14.7	94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	46	3	0.4	19.4	93
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8.3	33
Итого		26	18.4	69.6	554
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	61	5.9	7.5	34	226
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	181	0.1		10.8	44
Итого		6	7.5	44.8	270
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	183	4.2	4.2	22.9	149
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3.4	0.3	22.2	105
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		4.4	18
Итого		12.8	9.1	49.8	335
Всего		57.7	53.7	223.4	1619
Стоимость 146,83					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.

Утверждено

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" корпус №1
ГБОУ СОШ №1 п.г.т. Стройкерамика
Клещикова Н.Н./



МЕНЮ

23 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ ПШЕННЫЙ	214	7.1	9.3	24.9	214
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	33/10/7	4.9	8.5	16.7	164
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.6	3.7	11.9	96
Итого		15.6	21.5	53.5	474
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0.2	19.5	85
Итого		1	0.2	19.5	85
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0.8	5	4.5	66
ЩИ С ТУШЕНКОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	7.1	8.4	18.4	184
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	74	12.9	4.7	5.7	118
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	129	3.2	3.7	20.2	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	57	3.8	0.5	24.1	116
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9.7	39
Итого		27.8	22.3	82.6	650
Полдник					
БУЛОЧКА С САХАРОМ	66	6.8	9.7	41.3	279
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0.1		14.2	58
Итого		6.9	9.7	55.5	337
Ужин					
РАГУ ОВОЩНОЕ	204	6.2	6.5	34	222
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4.2	0.3	27.6	130
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.1	17
Итого		15.6	11.4	66	432
Всего		66.9	65.1	277.1	1978
Стоимость 166,36					

Медицинская сестра Герасимчук Г.Г. Герасимчук Г.Г.

