

Руководитель СПб Детский сад "Солнышко" корпус №1  
 БО СОШ №1 г. Ст. Стройкерамика  
 Ключикова Н.Н./



# МЕНЮ

26 декабря 2023 г.

## Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	6.8	9.9	2.6	127
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	21/7/6	2.9	6.2	10	109
ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	3.9	4.2	11	98
Итого		13.6	20.3	23.6	334
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	135	0.7	0.1	13.7	58
Итого		0.7	0.1	13.7	58
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	30	0.5	1.4	2.6	25
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	180	6.9	11.9	19.1	213
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ КУР	187	13.2	16.1	23.8	294
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	36	2.4	0.3	15.3	73
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			7.8	31
Итого		23	29.7	68.6	636
<b>Полдник</b>					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2	14.9	83
КАКАО	180	3.7	3.9	9.4	89
Итого		5.2	5.9	24.3	172
<b>Ужин</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	11.5	9.1	3.9	144
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	32	0.5	3.2	2.9	43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	3	0.2	19.7	93
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		4.1	17
Итого		15.1	12.5	30.6	297
Всего		57.6	68.5	160.8	1497
Стоимость 154,27					

Медицинская сестра Гераимчук Г.Г.

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
**26 декабря 2023 г.**  
**Сад 12 часов**

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	6.6	9.7	2.6	124
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/7	4.5	8.4	14.9	153
ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	4.4	4.7	12	108
Итого		15.5	22.8	29.5	385
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	135	0.7	0.1	13.7	58
Итого		0.7	0.1	13.7	58
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0.8	2.9	4.3	47
СУП РИСОВЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	7.1	12	20.1	220
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ КУР	200	14.1	12.1	29.8	284
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	45	3	0.4	19.2	92
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9.7	39
Итого		25	27.4	83.1	682
<b>Полдник</b>					
ПЕЧЕНЬЕ	50	2.3	2.9	22.4	126
КАКАО	200	4.7	4.9	11	107
Итого		7	7.8	33.4	233
<b>Ужин</b>					
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	170	13.9	9.5	5.1	162
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	32	0.5	2.8	2.9	39
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3.8	0.3	24.7	117
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.1	17
Итого		18.3	12.6	36.8	335
Всего		66.5	70.7	196.5	1693
Стоимость 172,31					

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Герасимчук Г.Г

Утверждаю

Руководитель СП "Детский сад "Солнышко" (2 корпус)

ГБОУ СОД №1 п.п.г. Стройкерамика

Ключикова Н.Н./



# МЕНЮ

26 декабря 2023 г.

## Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,4	13,4	3,3	176
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/15/7	4,9	9,8	15,5	170
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,3	3,5	11,3	90
Итого		18,6	26,7	30,1	436
<b>II Завтрак</b>					
ЯБЛОКО	133	0,5	0,5	13,1	63
Итого		0,5	0,5	13,1	63
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	0,8	1,5	4,5	34
СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	8,5	14,8	20,1	254
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С МЯСОМ КУР	210	16,9	15,5	26,4	312
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,3	0,4	20,9	100
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9,9	40
Итого		29,5	32,2	81,8	740
<b>Полдник</b>					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209
КАКАО	200	4	4,3	11	100
Итого		7,8	9,2	48,2	309
<b>Ужин</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,6	3,2	38
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	175	20	12,9	5,2	218
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	0,3	25,6	121
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4,1	17
Итого		24,5	15,8	38,1	394
Всего		80,9	84,4	211,3	1942
Стоимость 196,59					

Медицинская сестра  Зуева М.В



