

Утверждено

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



МЕНЮ
30 ноября 2023 г.
Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ	150	5	7.9	21.6	178
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/7/8	3.2	7	10	118
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3.2	3.4	10	84
Итого		11.4	18.3	41.6	380
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0.8	0.2	14.9	65
Итого		0.8	0.2	14.9	65
Обед					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	30	0.8	0.1	1.6	10
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	189	6.3	8.3	19.3	181
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	77	13.4	12.6	3.9	181
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3	3.6	20.3	126
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	37	2.5	0.3	15.7	76
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180			8.3	33
Итого		26	24.9	69.1	607
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	24	1.8	2.4	18.1	101
СНЕЖОК	181	6.2	4.5	10	111
Итого		8	6.9	28.1	212
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	58	9.8	2.7	4.3	80
КАША ПЕРЛОВАЯ	113	2.3	3.7	16.5	109
СОУС ОВОЩНОЙ	32	1.1	1.5	6.4	43
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.1	0.2	20.1	95
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.4	18
Итого		16.4	8.1	51.7	345
Всего		62.6	58.4	205.4	1609
Стоимость 190,52					

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

Руководитель СД "Детский сад "Солнышко" корпус №1
г.т.Стройкерамика
Ключникова Н.Н./



МЕНЮ

30 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ	202	5.9	9.2	29.3	224
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	33/10/7	5.3	10.1	15.2	173
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.4	3.5	11.2	91
Итого		14.6	22.8	55.7	488
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	154	0.8	0.2	14.9	65
Итого		0.8	0.2	14.9	65
Обед					
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ ОТВАРНОЙ	50	1.2	0.1	2.4	15
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	200	6.4	9.4	19.5	193
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	15.1	14.2	4.4	206
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.6	4	23.5	144
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	47	3.1	0.4	20	96
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			9.7	39
Итого		29.4	28.1	79.5	693
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	39	2.3	3	22.5	126
СНЕЖОК	211	7.2	5.3	11.6	129
Итого		9.5	8.3	34.1	255
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	66	10.7	2.9	5.3	91
КАША ПЕРЛОВАЯ	131	2.7	2.7	19.4	113
СОУС ОВОЩНОЙ	33	1	1.9	6.1	47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.8	0.3	25.2	119
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1		4.1	17
Итого		18.3	7.8	60.1	387
Всего		72.6	67.2	244.3	1888
Стоимость 216,24					

Медицинская сестра _____

Герасимчук Г.Г



руководитель С "Детский сад Солнышко (3 корпус)
ГБОУ СОШ №14 г.т. Стройкерамика
/Ключникова Н.Н./

МЕНЮ

30 ноября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ	200	5,9	9	29,6	225
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/15/7	4,8	8,8	15,6	161
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,3	3,4	11,2	90
Итого		14	21,2	56,4	476
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	159	0,8	0,2	15,3	65
Итого		0,8	0,2	15,3	65
Обед					
ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	45	1,1	0,1	2,2	14
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ КУР СО СМЕТАНОЙ	205	7,9	11,9	17,3	218
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	85	14,2	13,6	4,7	197
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,7	3,9	24,7	149
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,4	0,4	21,6	104
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			8,7	35
Итого		30,3	29,9	79,2	717
Полдник					
ПЕЧЕНЬЕ	51	3,8	5	37,9	213
СНЕЖОК	203	6,9	5,1	11,2	124
Итого		10,7	10,1	49,1	337
Ужин					
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	95	12,6	3,2	6,1	103
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,4	1,9	17,7	97
СОУС ОВОЩНОЙ	35	1,1	2	6,1	46
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,9	0,3	25,8	122
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		4	16
Итого		20,1	7,4	59,7	384
Всего		75,9	68,8	259,7	1979
Стоимость 220,52					

Медицинская сестра  Зуева М.В.