

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 24.09.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	120	11,11	17,80	2,9	211	93
	Салат из кукурузы	30	0,82	1,77	2,30	40	19
	Какао с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	397
	Бутерброд с маслом	15/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	350	16,12	31,84	28,05	391,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Рассольник «Ленинградский»	150	1,32	3,39	11,28	81	76
	Котлета мясная	50	7,99	6,06	8,26	119	282
	Гороховое пюре с маслом	110	39,2	2,96	15,90	144	211
	Компот из шиповника	150	0,12	0,05	20,10	82	372
	Хлеб пшеничный/ржаной	20	4,54	1,09	32,46	149	4
	ИТОГО	-	480	53,17	12,46	88	575
ПОЛДНИК	Ряженка	150	4,7	4,05	8,4	87	401
	Печенье	50	3,11	1,89	20,92	112	467
	ИТОГО	-	220	7,81	5,94	29,32	199
УЖИН	Каша геркулесовая молочная	150	9,42	10,49	33,29	265	223
	Кисель из св. ягод	180	1,00	0,01	9,18	37	393
	Хлеб с сыром	50/12	2,61	3,28	6,97	68	2/4
ИТОГО	-	400	12,97	22,7	35,59	383	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1530	90,57	31,84	191,66	1629,30	-

Стоимость 181 руб 54 коп

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 24.09.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	120	11,64	18,6	3,05	221	216
	Салат из кукурузы	60	1,44	3,09	4,02	70	19
	Какао с молоком	200	2,85	2,41	14,36	19	397
	Бутерброд с маслом	15/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	400	12,47	23,06	52,22	446	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Рассольник «Ленинградский»	180	1,59	4,08	13,54	97	76
	Котлета мясная	70	9,32	7,07	9,64	139	282
	Гороховое пюре с маслом	130	46,3	3,50	18,80	170	211
	Компот из шиповника	180	0,15	0,07	24,15	98	372
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
	ИТОГО	-	600	65,69	19,51	103,2	708
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5,22	4,50	7,56	97	401
	Печенье	50	3,88	2,36	26,15	141	467
	ИТОГО	-	250	9,10	13,52	33,71	238
УЖИН	Каша геркулесовая молочная	200	24,48	10,08	39,6	348	223
	Кисель из св. ягод	180	1,12	0,02	10,2	41	393
	Хлеб с сыром	50/19	3,54	4,45	9,46	92	2/7
ИТОГО	-	450	10,45	21,60	28,95	379	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1800	86,06	77,69	236,6	1843	-

Стоимость 184 руб 68 коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 25.09.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом	130	8,18	19,02	8,2	265	439/378
	Соус сметанный	20	1,8	1,17	10,90	13	35
	Кофейный напиток с молоком	180	0,06	0,02	9,46	38	397
	Бутерброд с маслом	15/5	3,48	4,43	0,0	54	1
ИТОГО	-	350	12,96	14,94	42,75	357	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Щи со сметаной	150	1,25	3,06	8,87	69	75
	Макаронник с курицей	130	15,54	10,17	28,89	233	292
	Напиток из чернослива	150	0,38	0,0	26,27	108	408
	Хлеб	20	3,63	0,88	25,97	119	4
	ИТОГО	-	480	20,80	23,05	115,2	529
ПОЛДНИК	Кефир	150	5,60	6,40	7,20	112	401
	Булочка домашняя	50	3,24	6,16	25,84	174	4
ИТОГО	-	200	14,65	15,56	33,04	286	-
УЖИН	Суп пшеничный молочный	150	11,81	5,98	8,18	119	180
	Чай с лимоном	180	1,08	0,01	10,15	37	393
	Хлеб пшеничный/ржаной	70	0,06	0,02	9,46	38	02
ИТОГО	-	400	10,67	13,39	50,16	327	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1530	59,68	67,39	256,6	1710,9	-

Стоимость 180 руб. 76 коп.

УТВЕРЖДЕНО

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 25.09.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом	150	9,27	21,56	9,29	300	439/378
	Соус сметанный	30	1,12	1,28	1,88	23,2	35
	Кофейный напиток с молоком	200	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	15/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	400	29,38	17,05	62,73	523	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Щи со сметаной	180	1,66	4,08	11,83	92	75
	Макаронник с курицей	150	17,93	11,73	33,34	311	292
	Напиток из чернослива	180	0,43	0,0	29,19	120	408
	Хлеб	40	4,54	1,09	32,46	149	4
	ИТОГО	-	600	25,9	23,05	115,2	740
ПОЛДНИК	Кефир	200	5,60	6,40	7,20	112	401
	Булочка домашняя	50	3,24	6,16	25,84	174	4
ИТОГО	-	250	14,65	15,56	33,04	286	-
УЖИН	Суп пшеничный молочный	200	15,74	7,97	10,90	158	269
	Чай с лимоном	200	1,2	0,02	10,20	41	393
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	0,06	0,02	9,46	38	02
ИТОГО	-	450	6,81	11,47	61,49	413	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1800	79,59	68,33	308,05	1962,9	-

Стоимость 183 руб. 27 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 26.09.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Рыба, запеченная с овощами	150	4,70	5,20	16,10	125,9	331
	Какао с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	397
	Бутерброд с маслом	15/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	350	17,33	19,34	33,96	350	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко свежее	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ИТОГО	-	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ОБЕД	Суп с рисом на курином бульоне	150	2,82	2,37	11,91	77	80
	Сотте мясное	80	8,08	8,27	8,45	141	282
	Овощи отварные	90	2,59	4,06	17,29	116	321
	Компот из с/ф	150	0,51	0,21	15,56	66	398
	Хлеб	20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	470	19,09	36,66	51,10	597	-
ПОЛДНИК	Варенец	150	5,22	4,5	7,2	96	401
	Пряник	50	4,87	6,13	24,32	144	117
ИТОГО	-	200	10,09	10,63	31,52	240	-
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	130	10,64	12,14	47,09	338	93
	Соус молочный	20	3,58	3,16	15,46	110	18
	Чай с молоком	180	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб	70	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	15,6	15,8	95,07	614	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1520	58,07	56,20	218,46	1627,20	-

Стоимость 181 руб. 37 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 26.09.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Рыба, запеченная с овощами	180	7,18	6,51	23,54	182	331
	Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	119	397
	Бутерброд с маслом	15/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	400	22,38	25,73	42,50	450	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко свежее	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ИТОГО	-	100	0,60	0,45	15,45	0,90	368
ОБЕД	Суп с рисом на курином бульоне	180	2,18	2,84	14,29	92	80
	Сотте мясное	100	9,43	9,65	9,86	164	282
	Овощи отварные	100	3,06	4,8	20,44	137	321
	Компот из с/ф	180	0,61	0,25	18,67	79	398
	Хлеб	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	600	19,92	18,63	95,92	622,6	-
ПОЛДНИК	Варенец	200	5,80	5,00	8,00	106	401
	Пряник	50	7,90	8,02	29,90	224	117
ИТОГО	-	250	8,99	7,13	39,51	259	-
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	160	10,64	12,14	47,09	338	93
	Соус молочный	40	3,58	3,16	15,46	110	18
	Чай с молоком	200	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб	50	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	450	15,6	15,8	95,07	614	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1800	59,27	58,33	238,9	1989	-

Стоимость 183 руб. 45 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 27.09.2024 г. (1-3лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	150	11,36	8,07	18,26	191	237
	Кофейный напиток с молоком	180	11,57	2,17	12,22	81,90	397
	Бутерброд с маслом	15/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	350	24,67	20,34	39,25	383,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Суп фасолевый	150	3,66	4,00	10,87	90	81
	Котлета, рубленая из птицы	50	8,08	8,27	8,45	141	282
	Картофельное пюре с маслом	110	7,28	5,19	33,73	208	317
	Компот из кураги	150	0,54	-	14,40	61	421
	Хлеб пшеничный/ржаной	20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	480	26,33	13,31	90,83	655	-
ПОЛДНИК	Снежок	150	5,22	4,5	7,2	96	401
	Булочка школьная	50	3,64	6,26	26,96	179	469
ИТОГО	-	200	8,86	10,76	34,16	275	-
УЖИН	Капуста тушеная	150	9,51	7,71	41,67	275	177
	Кисель из свежих ягод	180	0,11	0,01	8,10	29	393
	Хлеб пшеничный	70	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	10,85	8,15	58,14	353	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1530	71,31	53,20	237,83	1715,50	-

Стоимость 181 руб. 29 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 27.09.2024 г. (3-7лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	200	15,14	10,76	24,34	254	237
	Кофейный напиток с молоком	180	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	15/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	400	31,11	29,05	53,04	519	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Суп фасолевый	180	4,39	4,21	13,05	107	81
	Котлета, рубленая из птицы	70	9,43	9,65	9,86	164	282
	Картофельное пюре с маслом	130	8,60	6,09	38,68	244	317
	Компот из кураги	180	0,54	0,0	14,40	61	421
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	600	25,29	8,03	80,11	542,5	-
ПОЛДНИК	Снежок	200	5,80	5,00	8,20	106	401
	Булочка школьная	50	3,64	6,26	26,96	179	469
ИТОГО	-	250	14,65	15,56	33,04	285	-
УЖИН	Капуста тушеная	200	10,57	8,57	46,3	304	177
	Кисель из свежих ягод	200	0,12	0,02	10,2	41	393
	Хлеб пшеничный	50	0,06	0,02	9,46	38	02
ИТОГО	-	450	10,75	8,61	65,96	383	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1800	77,19	57,05	249,4	1792	-

Стоимость 183 руб. 52 коп.