

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Нилова Е.Н.

Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 23.09.2024 г. (2-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп «Дружба»	150	4.65	7.74	24.3	174	134
	Кофейный напиток с молоком	180	11.57	2.17	10.77	69	397
	Бутерброд с маслом	20/5	2.44	14.14	14.32	173	1
	Яйцо отварное	20	3.1	2.8	0.2	47.2	
ИТОГО	-	355	17.96	20.01	45.29	367	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,5	-	12,7	57	399
ОБЕД	Салат витаминный	30	1.11	0.59	9.32	51.2	23
	Суп с кукурузой на кур.бульоне	150	3.48	3.98	10.43	113	82
	Плов из отв.кур	130	6.57	4.69	11.91	222	302
	Компот из с/ф	150	0,11	00	22,4	68	366
	Хлеб	20/30	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	520	13.16	40.92	62.65	560	-
ПОЛДНИК	Йогурт	180	5,22	4,50	7,20	96	401
	Булочка с повидлом	50	1,95	2,56	20,50	132	05
ИТОГО	-	230	7.17	7.06	27.70	238	-
УЖИН	Суфле из отварной рыбы	80	14.17	0.87	9.81	143	268
	Кабачковая икра	90	3.24	1.05	23.85	46	49
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	38	392
	Хлеб	50	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	18.70	12.92	135	285	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1505	58.45	59.76	320.9	1789	

Тоимоть 180 руб. 45 коп

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Нилова Е.Н.

Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 23.09.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп «Дружба»	200	6,2	8,6	27,4	232	134
	Кофейный напиток с молоком	200	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
	Яйцо отварное	20	3,1	2,8	0,2	47,2	
ИТОГО	-	435	21,49	25,15	61,08	496	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,5	-	12,7	57	399
ОБЕД	Салат витаминный	50	1,39	0,74	10,24	64	23
	Суп с кукурузой на кур.бульоне	200	4,18	4,78	13,9	136	82
	Плов из отв.кур	150	9,09	6,50	16,49	308	302
	Компот из сухофруктов	200	0,11	00	22,4	68	366
	Хлеб	30/30	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	660	18,75	15,92	89,51	733	-
ПОЛДНИК	Йогурт	200	5,8	5,0	8,0	106	401
	Булочка с повидлом	50	3,23	4,1	34,16	187	05
ИТОГО	-	250	8,08	8,58	34,26	253	-
УЖИН	Суфле из отварной рыбы	100	15,74	7,97	10,90	158	268
	Кабачковая икра	100	4,54	1,45	32,0	56	49
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,46	38	392
	Хлеб	50	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	450	19,85	13,94	143,53	365	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1795	68,47	63,59	339,71	1892	-

Стоимость 182 руб. 78 коп.

Старшая медсестра

Е.Д.Басхаджаури

Меню и пищевой ценности

приготавливаемых блюд на 24.09.2024г.(2-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	11,11	17,8	2,9	211	216
	Салат из кукурузы	30	0,82	1,77	2,3	40	19
	Какао с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	395
	Бутерброд с маслом	15/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	350	16,12	31,84	28,35	391,5	-
	Рассольник						
	Ленинградский	150	1,32	3,39	11,28	81	170
	Котлета мясная	50	7,99	6,06	8,26	119	282
	Гороховое пюре	110	39,2	2,96	15,9	144	211
	Компот из шиповника	150	0,51	0,21	15,56	66	398
	Хлеб	20	4,54	1,09	32,46	149	02
ИТОГО	-	480	53,56	13,71	83,46	559	-
ПОЛДНИК	Ряженка	150	4,7	4,05	8,4	87	401
	Печенье	50	2,11	1,89	20,92	112	467
ИТОГО	-	200	6,81	5,94	29,32	199	-
УЖИН	Каша геркулесовая молочная	150	9,98	20,19	19,1	278	324
	Кисель из джема	180	1,00	0,01	9,18	37	393
	Хлеб/сыр	50/12	1,23	0,43	8,37	48,9	2/7
ИТОГО	-	400	11,21	14,05	64,45	390	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1530	123,4	122,7	214	1082	-

Стоимость 182 руб.34 коп

Старшая медсестра

Е.Д.Басхаджаури

Заведующий

Е.Н.Нилова

Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 24..09.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк и	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	2,82	2,41	14,36	91	395
	Бутерброд с маслом	15/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	400	18,34	38,24	35,75	555,8	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			0,5		12,7	57	399
ОБЕД	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	180	1,59	4,08	13,54	97,4	76
	Котлета мясная	70	9,32	7,07	9,64	139	282
	Гороховое пюре	130	46,3	3,5	18,8	170	211
	Компот из шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79	398
	Хлеб	40	4,54	1,09	32,46	149	02
ИТОГО	-	600	62,36	29,04	74,97	658,4	-
ПОЛДНИК	Ряженка	200	5,22	7,56	7,56	97,2	401
	Печенье	50	2,51	3,93	28,88	161	467
ИТОГО	-	250	7,73	11,49	36,44	258,2	-
УЖИН	Каша геркулесовая молочная	200	21,36	22,49	51,67	416,6	324
	Кисель из джема	180	0,12	0,02	1,2	2,83	393
	Хлеб /сыр	50/19	1,23	0,43	8,37	48,9	2/7
ИТОГО	-	450	45,91	52,44	70,24	567,7	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1800	134,34	131,2	217,4	2040	-

Стоимость 184 руб.68 коп

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 25.09.2024г.(2-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом	130	11.35	8.28	30.5	148	172
	Соус сметанный	20	1.45	1.24	2.1	3.4	
	Кофейный напиток с молоком	180	2.56	2.17	12.92	82	395
	Бутерброд с маслом	15/5	1.63	10.10	10.23	12.35	1
ИТОГО	-	350	16.54	20.55	26.65	244	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			0,5	-	12,7	57	399
ИТОГО	-		0,5	-	12,7	57	-
ОБЕД	Щи из свеж.капусты со сметаной	150	2.18	2.37	11.91	77	80
	Макаронник из отв.мясо кур	150	8.08	8.27	8.45	141	282
	Напиток из чернослива	150	2.59	4,06	17.29	116	321
	Хлеб	15/20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	465	17.97	18.46	87.07	578	-
ПОЛДНИК	Кефир	150	5,22	4,5	7,20	95	401
	Булочка домашняя	50	2,11	2,4	16,66	97	474
ИТОГО	-	200	7,33	6,9	23,86	192	-
УЖИН	Суп молочный пшеничный	150	10,64	12,14	47,10	340	237
	Чай с лимоном	180	0,14	0,06	21,74	88	400
	Хлеб	50	3,94	5,0	7,46	61,2	7
ИТОГО	-	400	14,09	15,49	86,11	752	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1500	66.20	58.94	235	1799	-

Стоимость 169 руб.35 коп

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 25.09.2024 г.(3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Запеканка рисовая с творогом	150	11.35	8.28	30.5	148	172
	Соус сметанный	30	2.32	2.12	3.1	4.5	
	Кофейный напиток с молоком	200	2.56	2.17	12.92	82	395
	Бутерброд с маслом	15/5	1.63	10.10	10.23	12.35	1
ИТОГО	-	400	16.54	20.55	26.65	244	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			0,5	-	12,7	57	399
ИТОГО	-		0,5	-	12,7	57	-
ОБЕД	Щи из свеж.капусты со сметаной	180	2.18	2.37	11.91	77	80
	Макаронник из отв.мясо кур	150	8.08	8.27	8.45	141	282
	Напиток из чернослива	180	2.59	4,06	17.29	116	321
	Хлеб	20/20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	600	17.97	18.46	87.07	578	-
ПОЛДНИК	Кефир	200	5,22	4,5	7,20	95	401
	Булочка домашняя	50	2,11	2,4	16,66	97	474
ИТОГО	-	250	7,33	6,9	23,86	192	-
УЖИН	Суп молочный пшеничный	200	10,64	12,14	47,10	340	237
	Чай с лимоном	200	0,14	0,06	21,74	88	400
	Хлеб /сыр	50	3,94	5,0	7,46	61,2	7
ИТОГО	-	450	14,09	15,49	86,11	752	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1750	66.20	58.94	235	1799	-

Стоимость 171руб.35 коп

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 26.09.2024 г. (2-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Рыба запеченная с овощами	150	8.73	13.95	2.29	166	93
	Какао с молоком	180	2.56	2.17	12.92	17	395
	Бутерброд с маслом	15/5	2.44	14.14	14.32	173	1
ИТОГО	-	350	14.25	29.31	28.07	397.6	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	100	0,5	-	12,7	52,7	-
ОБЕД	Салат картофельный	30	0.43	-	1.3	30	
	Суп с рисом на кур/бульоне	150	1,08	3,28	7,96	61	19
	Сотте мясное	110	14.60	5.53	4.89	128	278
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,0	26,17	102	408
	Хлеб	15/20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	475	26.43	14.73	95.39	626	-
ПОЛДНИК	Варенец	150	3.29	2.13	31.51	159	401
	Пряники	50	3,29	2,13	31,51	159	458
ИТОГО	-	200	5.51	6.63	8.71	255	-
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	150	8.83	9.83	24.34	31.29	235
	Соус молочный	30	3.58	3.16	32.55	15.46	351
	Чай с молоком	180	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб /сыр	40	3,54	4,45	9,46	92	2/7
ИТОГО	-	400	13,11	15,01	66,90	474	-
ИТОГО ЗА	-	1524	64.87	67.09	252	1869	-

Стоимость 175руб.55 коп.

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 26.09.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Рыба запеченная с овощами	180	11,64	18,6	3,05	221	216
	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	19,72	39,45	38,67	583	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	100	0,5	-	12,7	52,7	399
ИТОГО	-	100	0,5	-	12,7	52,7	-
ОБЕД	Салат картофельный	60	0.43	-	1.3	30	
	Суп с рисом на кур/бульоне	180	1,28	3,94	9,20	77	19
	Сотте мясное	120	19,61	7,73	4,89	168	277
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,45	0,0	26,17	102	408
	Хлеб	20/20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	600	35,16	21,45	116,6	783	-
ПОЛДНИК	Варенец	200	5,8	5,0	8,2	106	401
	Пряники	50	3,29	2,13	31,51	159	458
ИТОГО	-	250	9,09	7,13	39,71	265	-
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	160	9,42	10,49	33,29	265	183
	Соус молочный	40	19,43	45,19	32,55	51	351
	Чай с молоком	200	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб	50	3,54	4,45	9,46	92	2/7
ИТОГО	-	450	13,11	15,01	66,90	474	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1845	77,83	83,04	281	2184	-

Стоимость 178_руб_62_коп

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



Меню и пищевой ценности
приготавливаемых блюд на 27.09.2024г.(2-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша пшениная молочная	150	8,14	6,76	434,	254	177
	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	-	350	31,11	29,05	53,04	519	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			0,3	0,1	15,20	63	399
ИТОГО			0,3	0,1	15,20	63	
ОБЕД	Суп фасолевый	150	3,66	4,001	10,87	90	81
	Котлета рубленная из птицы	50	10,99	0,18	2,7	150	277
	Картофельное пюре	110	6,5	4,62	30,04	185	313
	Компот из кураги	150	0,54	0,0	14,40	61	421
	Хлеб	20	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	480	25,29	8,03	80,11	542	-
ПОЛДНИК	Снежок	150	5,80	5,00	8,20	106	401
	Булочка школьная	50	3,64	6,26	26,96	179	469
ИТОГО	-	200	14,65	15,56	33,04	285	-
УЖИН	Капуста тушеная	150	9,51	7,71	41,67	275	126
	Кисель из джема	180	0,12	0,02	8,1	29	421
	Хлеб	70	0,06	0,02	9,46	38	02
ИТОГО	-	400	10,75	8,61	65,96	383	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1530	77,19	57,05	249,4	1792	-

Стоимость 181 руб. 29 коп

УТВЕРЖДЕНО

Старшая медсестра
Е.Д.Басхаджаури



Меню и пищевой ценности приготовленных блюд на
27. 09 .2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша пшениная молочная	200	10,57	8,57	46,3	304	177
	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			0,3	0,1	15,20	63	399
ИТОГО			0,3	0,1	15,20	63	
ОБЕД	Суп фасолевый	180	4,39	4,21	13,05	107	81
	Котлета рубленная из птицы	70	16,91	7,73	5,89	168	277
	Картофельное пюре	130	8,6	6,09	36,68	244	313
	Компот из кураги	180	0,54	0,0	14,40	61	421
	Хлеб	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	600	25,29	8,03	80,11	542	-
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 джема	200	0,12	0,02	10,2	41	393
	Хлеб	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 183руб.52 коп.