

Утверждаю
Заведующий д.с 43
Ласкина С.Г.

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6 09.06.2025.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,3	0,1	66,1
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	150	5,3	5,9	29,0	203,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,04	0,0	8,1	32,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,2	0,4	20,0	98,0
		8,62	13,6	57,2	400,5
II Завтрак					
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	1 шт.(100)	0,4	0,4	9,8	44,2
		0,4	0,4	9,8	44,2
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	40	0,5	0,05	1,5	8,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	200	2,1	2,2	13,7	83,6
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРИЦЫ	70	13,4	3,1	9,4	118,6
РАГУ ОВОЩНОЕ	130	2,0	6,6	12,5	117,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,2	19,3	81,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	10,5	57,3
		23,1	12,8	84,0	549,0
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	80	5,1	3,5	50,4	253,3
КЕФИР	180	5,3	4,5	7,2	90,0
		10,4	8,0	57,6	343,3
Ужин					
КАША ЖИДКАЯ НА МОЛОКЕ ГРЕЧНЕВАЯ	200	7,1	9,4	25,1	240,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	150	3,4	5,0	35,8	170,2
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ (ЯБЛОК)	200	0,2	0,2	17,8	74,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,3	10,5	57,3
		12,8	10,3	73,4	469,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		55,3	45,1	282,0	1806,3

ответственный: специалист по организации питания Аракелян Г.С.



МЕНЮ

ясли 12 часов

ДЕНЬ 6 09.06.2025.

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46,3
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	130	4,6	5,1	25,1	176,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0,0	7,3	29,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
		7,1	10,5	47,5	325,6
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	1 шт.(100)	0,4	0,4	9,8	44,2
		0,4	0,4	9,8	44,2
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	30	0,4	0,05	1,2	6,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ПШЕНИЧНОЙ	150	1,6	1,7	10,3	62,7
ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРИЦЫ	50	9,6	2,2	6,7	84,7
РАГУ ОВОЩНОЕ	110	1,7	5,6	10,6	99,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,3	0,2	16,0	67,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,6	0,2	10,0	49,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	7,0	38,2
		16,6	10,1	61,8	407,9
Полдник					
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,9	2,6	37,8	156,0
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	75,0
		8,3	6,4	43,8	265,0
Ужин					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	50	7,0	2,4	5,6	72,5
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	120	2,7	4,0	28,6	136,2
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОВОВ (ЯБЛОК)	180	0,2	0,2	16,0	66,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	30	2,4	0,3	15,0	73,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,2	7,0	38,2
		13,8	7,1	72,2	387,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		42,2	35,65	220,9	1 413,0