Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 26.03.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Суп вермишелевый молочный	150	8,73	13,95	2,29	166	216
	Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	395
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	355	14,25	29,31	28,07	397,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Суп овощной	150	1,08	3,28	7,96	69	19
	Птица тушеная с овощами	140	6,57	4,69	11,91	222	302
	Компот из шиповника	180	0,45	0,0	26,17	102	408
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3,02	0,73	21,64	99	4
ИТОГО	-	510	26,43	14,73	95,39	626	-
ПОЛДНИК	Варенец	180	5,22	4,50	7,20	96	401
	Пряник	30	3,29	2,13	31,51	159	458
ИТОГО	-	210	8,51	6,63	38,71	255	-
УЖИН	Пудинг творожный с изюмом	150	88,83	9,83	31,29	252	183
	Соус сметанный	30	3,58	3,16	15,46	110	23
	Кисель из свежих ягод	180	0,13	0,05	22,3	108	71
	Хлеб с сыром	42	2,64	3,38	7,97	68	2/7
ИТОГО	-	402	15,18	16,42	77,02	538	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1477	64,87	67,09	252	1869,2	-

Стоимость 178 руб 56 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 26.03.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Суп вермишелевый молочный	200	11,64	18,6	3,05	221	216
	Кофейный напиток с молоком	200	4,2	3,62	17,28	119	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	435	19,72	39,45	38,67	583	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Суп овощной	200	1,28	3,94	9,20	77	19
	Птица тушеная с овощами	180	9,09	6,50	16,49	308	302
	Компот из шиповника	180	0,45	0,0	26,17	102	408
	Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	610	35,16	21,45	116,6	783	-
ПОЛДНИК	Варенец	200	5,8	5,0	8,2	106	401
	Пряник	50	3,29	2,13	31,51	159	458
ИТОГО	-	250	9,09	7,13	39,71	265	-
УЖИН	Пудинг творожный с изюмом	160	9,42	10,49	33,29	265	183
	Соус сметанный	40	1,12	1,28	1,88	23,2	35
	Кисель из свежих ягод	200	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб с сыром	40/17	3,54	4,45	9,46	92	2/7
ИТОГО	-	457	13,11	15,01	66,90	474	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1752	77,83	83,04	281	2184	-

Стоимость 180 руб 92 коп

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 27.03.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	150	11,41	7,35	17,66	182	237
	Какао с молоком	180	11,57	2,17	12,92	82	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	355	24,61	19,62	40,81	387,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Суп картофельный на курином бульоне	150	11,60	3,25	3,16	57	67
	Ленивые голубцы с курицей	130	11,96	12,05	23,26	238	291
	Компот из кураги	180	0,45	0,15	12,10	51	372
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	3,63	0,87	25,97	119	4
ИТОГО	-	500	27,64	41,04	64,49	465	-
ПОЛДНИК	Кефир	180	5,22	4,50	7,20	95	401
	Ватрушка с творогом	50	1,94	3,28	27,33	112	05
ИТОГО	-	230	7,16	7,78	34,53	207	-
УЖИН	Макаронник с маслом	180	8,12	5,75	36,53	230	313
	Чай с сахаром	180	6,87	6,12	11,37	12,78	400
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	0,82	0,28	5,58	32,70	02
ИТОГО	-	400	16,63	13,91	55,78	338	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1595	76,64	82,83	211,06	1566,07	-

Стоимость 181 руб 46 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 27.03.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	200	15,21	9,80	23,55	243	237
	Какао с молоком	200	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	435	22,27	29,06	56,91	557	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Суп картофельный на курином бульоне	200	13,92	3,90	3,79	68	67
	Ленивые голубцы с курицей	150	9,09	6,50	16,49	308	302
	Компот из кураги	200	0,54	0,18	14,40	61	372
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	670	33,63	21,16	83,82	615	
ПОЛДНИК	Кефир	200	5,80	5,0	8,0	106	401
	Ватрушка с творогом	50	3,23	4,10	34,16	187	05
ИТОГО	-	250	9,03	9,10	42,16	295	-
УЖИН	Макаронник с маслом	200	8,60	6,09	38,68	244	313
	Чай с сахаром	200	7,63	6,80	12,63	142	400
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	450	16,72	12,91	60,77	424	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1935	82,25	72,83	258,3	1957	-

Стоимость 183 руб 25 коп

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 28.03.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	
ЗАВТРАК	Кулеш пшеничный молочный	150	22,35	8,28	3,50	148	249
	Кофейный напиток с молоком	180	2,56	2,17	12,92	82	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	12,35	1
ИТОГО	-	355	26,54	20,55	26,65	244	-
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 макаронными изделиями	150	2,82	2,37	11,91	77	80
	Тефтели куриные	60	8,08	8,27	8,45	141	282
	Икра свекольная	110	2,59	4,06	17,29	116	321
	Компот из с/ф	180	0,51	0,21	15,56	66	398
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	540	17,54	16	85,67	549	-
ПОЛДНИК	Варенец	180	5,22	4,50	7,20	95	401
	Печенье	30	2,11	2,4	16,66	97	474
ИТОГО	-	210	7,33	6,90	23,86	192	-
УЖИН	Пудинг из творога	150	10,64	12,14	47,10	340	172
	Соус молочный (на сгущ.молоке)	40	0,70	0,01	10,30	64	15
	Чай с молоком	180	0,14	0,06	21,74	88	378
	Хлеб с сыром	30/17	2,61	3,28	6,97	68	2/4
ИТОГО	-	417	14,09	15,49	86,11	752	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1622	66,20	58.94	234,99	1798,89	-

Стоимость _____180_____руб____64_____коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд 28.03.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность	
ЗАВТРАК	Кулеш пшеничный молочный	200	29,8	11,04	4,67	197	249
	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
ИТОГО	-	435	45,09	27,59	33,35	461	-
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 макаронными изделиями	200	2,18	2,84	14,29	92	80
	Тефтели куриные	70	9,43	9,65	9,86	164	282
	Икра свекольная	130	3,06	4,8	20,44	137	321
	Компот из с/ф	200	0,61	0,25	18,67	79	398
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	650	19,92	18,63	95,92	622,6	-
ПОЛДНИК	Варенец	200	5,8	5,0	8,0	106	401
	Печенье	50	2,11	2,4	16,66	97	474
ИТОГО	-	250	8,62	11,57	39,08	291	-
УЖИН	Пудинг из творога	160	11,35	12,95	50,23	363	172
	Соус молочный (на сгущ.молоке)	50	7,63	6,80	12,63	142	400
	Чай с молоком	200	0,15	0,07	24,15	98	378
	Хлеб с сыром	40/20	3,54	4,45	9,46	92	2/4
ИТОГО	-	470	18,52	21,9	83,84	607	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1905	92,65	79,69	264,89	2038,65	-

Стоимость _____182_____руб_____92_____коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 29.03.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	150	11.41	7,35	17,66	182	240
	Какао с молоком	180	11,57	2,17	12,92	82	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	12,35	1
ИТОГО	-	355	1,56	20,71	43,44	412,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Борщ со сметаной	150	1,53	3,75	10,58	98,28	58
	Шницель куриный	60	13,19	0,15	16,20	167	276
	Отварные макароны с маслом	110	12,60	12,02	3,37	139	311
	Компот из изюма	180	8,81	076	1,28	47	126
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	540	40,67	17,77	63,89	602	-
ПОЛДНИК	Снежок	180	5,04	5,766	6,48	101	401
	Бутерброд с повидлом	50	1,94	3,70	15,50	104	4
ИТОГО	-	210	6,98	9,46	21,90	205	-
УЖИН	Картофель тушеный в молоке	180	6,46	5,86	21,19	164	23
	Кисель из свежих ягод	180	0,16	0,06	14,11	57	129
	Хлеб	40	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	7,85	6,35	43,67	270	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1545	87,09	71,56	197	1863	-

Стоимость 181 руб 52 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд 29.03.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная	200	15,21	9,80	23,55	243	240
	Какао с молоком	200	4,20	3,62	17,28	119	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	435	22,49	27,56	33,12	600	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Борщ со сметаной	180	1,53	3,75	10,58	98,28	58
	Шницель куриный	70	15,39	0,18	18,90	195	276
	Отварные макароны с маслом	150	17,2	16,4	4,60	190	311
	Компот из изюма	180	10,57	0,91	1,54	57	126
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	630	41,36	21,43	83,37	683,0	-
ПОЛДНИК	Снежок	200	5,60	6,40	7,20	112	401
	Бутерброд с повидлом	50	3,24	6,16	25,84	174	4
ИТОГО	-	250	14,65	15,56	33,04	286	-
УЖИН	Картофель тушеный в молоке	200	7,18	6,51	23,54	182	23
	Кисель из свежих ягод	200	0,18	0,07	15,68	63	129
	Хлеб	50	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	450	8,59	7,01	47,59	294	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1815	87,09	71,56	197	1863	-

Стоимость 183 руб 29 коп

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.04.2024 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп «Дружба»	150	4,65	7,74	24,30	174	134
	Яйцо варёное	20	2,56	2,32	0,60	31,74	36
	Кофейный напиток	180	11,57	2,17	10,77	69	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,74	10,10	10,22	123,5	1
ИТОГО	-	375	17,96	20,01	45,29	367	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО		100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп картофельный с кукурузой консерв.	180	4,92	3,42	12,24	98,30	78
	Плов из курицы	130	14,90	14,20	3,98	16,46	311
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,38	0,03	19,81	164,6	376
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3,24	0,78	23,19	106	4
ИТОГО	-	500	13,16	13,92	62,65	406	-
ПОЛДНИК	Йогурт	180	5,22	4,50	7,20	96	401
	Булочка с повидлом	50	1,95	2,56	20,50	132	05
ИТОГО	-	210	7,17	7,06	27,70	238	-
УЖИН	Суфле из отварной рыбы	90	14,17	0,87	9,81	143	268
	Кабачковая икра	100	3,24	1,05	23,85	46	49
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	38	392
	Хлеб	30	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	18,70	12,92	135,5	285	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1615	57,49	53,29	199,2	1513,27	-

Стоимость 179 руб 42 коп.

Старшая медсестра

О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 01.04.2024 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергет. ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп «Дружба»	200	6,2	8,6	32,4	232	134
	Яйцо варёное	20	2,56	2,32	0,60	31,74	36
	Кофейный напиток	200	12,85	2,41	14,36	91	397
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	455	21,49	25,15	61,08	496	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО		100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп картофельный с кукурузой консерв.	200	5,90	4,10	14,70	118	78
	Плов из курицы	180	17,2	16,4	4,60	190	311
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,45	0,04	23,78	102	376
	Хлеб пшеничный/ржаной	70	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	600	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	120	4;.54	1,45	32,0	56	49
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,46	38	392
	Хлеб	30	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	450	19,85	13,94	143,53	365	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1905	68,47	63,59	339,71	1892	-

Стоимость 180 руб 89 коп