

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО



Заведующий
Е.Н. Нилова
№ 97
Самара

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 14.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп «Дружба»	150	4,65	7,74	24,30	174	134
	Кофейный напиток с молоком	180	11,57	2,17	10,77	69	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,74	10,10	10,22	123,5	1
ИТОГО	-	355	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
	Суфле из отварных кур с рисом	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	-	540	13,16	13,92	62,65	406	-
ПОЛДНИК	Йогурт	180	5,22	4,50	7,20	96	401
	Булочка российская	30	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 пшеничный/ржаной	30	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	18,70	12,92	135,5	285	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1605	57,49	53,29	199,2	1513,27	-

Стоимость _____ 182 _____ руб. _____ 71 _____ коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова
№ 97
Самара

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 14.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепта
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Каша из смеси круп «Дружба»	200	6,2	8,6	32,4	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
ИТОГО	-	435	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
	Суфле из отварных кур с рисом	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	-	650	18,75	15,92	89,51	733	-
ПОЛДНИК	Йогурт	200	5,8	5,0	8,0	106	401
	Булочка российская	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 пшеничный/ржаной	30	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	450	19,85	13,94	143,53	365	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1885	68,47	63,59	339,71	1892	-

Стоимость _____ 184 _____ руб. _____ 41 _____ коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 15.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность					№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углево-ды	Энергет. ценность	№ рецепт.	
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	105	11,11	17,80	2,9	211	93	
	Салат из кукурузы	40	0,82	1,77	2,30	40	19	
	Какао с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	397	
	Бутерброд с маслом	20/5	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»	180	1,32	3,39	11,28	81	76	
	Котлета куриная	60	7,99	6,06	8,26	119	282	
	Гороховое пюре с маслом	110	39,2	2,96	15,90	144	211	
	Компот из шиповника	180	0,12	0,05	20,10	82	372	
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4	
ИТОГО	-	570	53,17	12,46	88	575	-	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	4,7	4,05	8,4	87	401	
	Печенье	40	3,11	1,89	20,92	112	467	
ИТОГО	-	220	7,81	5,94	29,32	199	-	
УЖИН	Запеканка рисовая с творогом	150	8,18	19,02	8,2	265	439/378	
	Соус сметанный	40	1,8	1,17	10,90	13	35	
	Кисель из св. ягод	180	1,00	0,01	9,18	37	393	
	Хлеб с сыром	30/12	2,61	3,28	6,97	68	2/4	
ИТОГО	-	412	12,97	22,7	35,59	383	-	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1552	90,57	31,84	191,66	1629,30	-	

Стоимость _____ 181 руб 54 коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 15.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность					№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углево-ды	Энергет. ценность	№ рецепт.	
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	11,64	18,6	3,05	221	216	
	Салат из кукурузы	70	1,44	3,09	4,02	70	19	
	Какао с молоком	200	2,85	2,41	14,36	19	397	
	Бутерброд с маслом	30/5	2,44	14,14	14,32	173	1	
ИТОГО	-	435	12,47	23,06	52,22	446	-	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
ИТОГО								
ОБЕД	Рассольник «Ленинградский»	200	1,59	4,08	13,54	97	76	
	Котлета куриная	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	200	0,15	0,07	24,15	98	372	
	Хлеб пшеничный/ржаной	60	4,54	1,09	32,46	149	4	
ИТОГО	-	660	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	Запеканка рисовая с творогом	170	9,27	21,56	9,29	300	439/378	
	Соус сметанный	40	1,12	1,28	1,88	23,2	35	
	Кисель из св. ягод	200	1,12	0,02	10,2	41	393	
	Хлеб с сыром	30/19	3,54	4,45	9,46	92	2/7	
ИТОГО	-	459	10,45	21,60	28,95	379	-	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1805	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 16.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность					№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность		
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	9,42	10,49	33,29	265	223	
	Кофейный напиток с молоком	180	0,06	0,02	9,46	38	397	
	Бутерброд с маслом	20/5	3,48	4,43	0,0	54	1	
ИТОГО	-	355	12,96	14,94	42,75	357	-	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
ИТОГО								
ОБЕД	Винегрет овощной	40	0,54	2,08	3,42	34	22	
	Щи из свежей капусты	150	1,25	3,06	8,87	69	75	
	Макаронник с курицей	150	15,54	10,17	28,89	233	292	
	Компот из чернослива	180	0,38	0,0	26,27	108	408	
	Хлеб	50	3,63	0,88	25,97	119	4	
ИТОГО	-	580	20,80	23,05	115,2	529	-	
ПОЛДНИК	Кефир	180	5,60	6,40	7,20	112	401	
	Булочка домашняя	50	3,24	6,16	25,84	174	4	
ИТОГО	-	230	14,65	15,56	33,04	286	-	
УЖИН	Рыба, запеченная под омлетом	180	4,70	5,20	16,10	125,9	331	
	Салат картофельный	40	0,82	1,77	2,30	60	16	
	Чай с лимоном	180	1,08	0,01	10,15	37	393	
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	0,06	0,02	9,46	38	02	
ИТОГО	-	440	10,67	13,39	50,16	327	-	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1605	59,68	67,39	256,6	1710,9	-	

Стоимость _____ 180 _____ руб _____ 76 коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий

Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 16.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность					№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углеводы	Энергет. ценность		
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	200	24,48	10,08	39,6	348	223	
	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	29,38	17,05	62,73	523	-	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
ИТОГО								
ОБЕД	Винегрет овощной	50	0,68	2,60	4,28	43	22	
	Щи из свежей капусты	200	1,66	4,08	11,83	92	75	
	Макаронник с курицей	150	17,93	11,73	33,34	311	292	
	Компот из чернослива	200	0,43	0,0	29,19	120	408	
	Хлеб	50	4,54	1,09	32,46	149	4	
ИТОГО	-	650	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	Рыба, запеченная под омлетом	200	7,18	6,51	23,54	182	331	
	Салат картофельный	50	1,12	1,97	2,36	72	16	
	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	-	500	6,81	11,47	61,49	413	-	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1845	79,59	68,33	308,05	1962,9	-	

Стоимость _____ 183 _____ руб _____ 39 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нидлова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 17.08.2023 г. (1-3лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК	Суп пшеничный молочный	150	11,81	5,98	8,18	119	180
	Какао с молоком	180	2,56	2,17	12,92	17	397
	Бутерброд с маслом	20/5	2,44	14,14	14,32	173	1
ИТОГО	-	355	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
	Котлета, рубленая из птицы	60	8,08	8,27	8,45	141	282
	Пюре картофельное	110	2,59	4,06	17,29	116	321
	Компот из с/ф	180	0,51	0,21	15,56	66	398
	Хлеб	40	4,54	1,09	32,46	149	4
	ИТОГО	-	580	19,09	36,66	51,10	597
ПОЛДНИК	Варенец	180	5,22	4,5	7,2	96	401
	Печенье	32	4,87	6,13	24,32	144	117
ИТОГО	-	212	10,09	10,63	31,52	240	-
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	150	10,64	12,14	47,09	338	93
	Соус молочный	30	3,58	3,16	15,46	110	18
	Чай с молоком	180	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб с сыром	40/17	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	417	15,6	15,8	95,07	614	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1524	58,07	56,20	218,46	1627,20	-

Стоимость _____ 181 _____ руб _____ 36 _____ коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нидлова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 17.08.2023 г. (3-7лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК	Суп пшеничный молочный	200	15,74	7,97	10,90	158	269
	Какао 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	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	200	2,18	2,84	14,29	92	80
	Котлета рубленая из птицы	70	9,43	9,65	9,86	164	282
	Пюре картофельное	130	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	-	670	19,92	18,63	95,92	622,6
ПОЛДНИК	Варенец	200	5,80	5,00	8,00	106	401
	Печенье	50	7,90	8,02	29,90	224	117
ИТОГО	-	250	8,99	7,13	39,51	259	-
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	170	11,35	12,95	50,23	360	93
	Соус молочный	50	1,12	1,28	1,88	23,2	35
	Чай с сахаром	180	0,15	0,07	24,15	117	71
	Хлеб с сыром	50/20	0,06	0,02	9,46	38	02
ИТОГО	-	470	11,56	13,04	83,84	515	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1805	59,27	58,33	238,9	1989	-

Стоимость _____ 184 _____ руб _____ 78 _____ коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова
№ 97
г.о. Самара

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 18.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная	150	11,36	8,07	18,26	191	237
	Кофейный напиток	180	11,57	2,17	12,22	81,90	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	355	24,67	20,34	39,25	383,5	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Огурец свежий порц	40	0,54	2,08	3,42	34	26
	Свекольник со сметаной	180	3,66	4,00	10,87	90	81
	Жаркое домашнему с курицей	160	15,69	6,18	9,66	134	271
	Компот из кураги	180	0,54	-	14,40	61	421
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	560	26,33	13,31	90,83	655	-
ПОЛДНИК	Снежок	180	5,22	4,5	7,2	96	401
	Булочка школьная	50	3,64	6,26	26,96	179	469
ИТОГО	-	230	8,86	10,76	34,16	275	-
УЖИН	Капуста тушеная	180	9,51	7,71	41,67	275	177
	Кисель из свежих ягод	180	0,11	0,01	8,10	29	393
	Хлеб пшенич	40	1,23	0,43	8,37	49	02
ИТОГО	-	400	10,85	8,15	58,14	353	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1545	71,31	53,20	237,83	1715,50	-

Стоимость 182 руб 37 коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО



УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Нилова
№ 97
г.о. Самара

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 18.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная	200	15,14	10,76	24,34	254	237
	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	-	435	31,11	29,05	53,04	519	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК							
ИТОГО							
ОБЕД	Огурец свежий порц	45	0,55	2,11	3,48	35	26
	Свекольник со сметаной	200	4,39	4,21	13,05	107	81
	Жаркое домашнему с курицей	200	19,61	7,73	5,89	168	271
	Компот из кураги	200	0,54	0,0	14,40	61	421
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,54	1,09	32,46	149	4
ИТОГО	-	650	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 пшенич	50	0,06	0,02	9,46	38	02
ИТОГО	-	450	10,75	8,61	65,96	383	-
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1785	77,19	57,05	249,4	1792	-

Стоимость 183 руб 89 коп

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 21.08.2023 г. (4-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150	4,14	4,44	22,22	145,5	179
	Какао с молоком	180	11,57	2,17	12,22	81,90	397
	Бутерброд с маслом	20/5	1,63	10,10	10,23	123,5	1
ИТОГО	-	355	17,34	16,71	45,37	350,9	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО	-	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями	180	3,48	3,98	10,43	113	82
	Птица тушеная с овощами	140	6,57	4,69	11,91	222	302
	Компот из изюма	180	0,38	0,03	19,81	164,6	376
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	3,24	0,78	23,19	106	4
	ИТОГО	-	540	23,44	18,43	59,22	30,57
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	180	5,22	4,50	7,20	95	401
	Булочка ванильная	50	1,94	3,70	15,50	104	4
	ИТОГО	-	230	7,16	8,20	22,70	114
УЖИН	Рыба, запеченная с картофелем порусски	180	33,29	4,76	179	84	248
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,51	34	392
	Хлеб пшеничный/ржаной	40	1,23	0,43	8,37	49	02
	ИТОГО	-	400	43,23	5,98	197	216
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1625	92,04	49,32	247	1052	-

Стоимость 181 руб. 59 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Нилова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 21.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белк	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	200	5,52	5,92	29,63	194	179
	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	12,16	23,68	61,23	486	-
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ИТОГО	-	100	0,50	-	12,70	52,70	399
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями	200	4,18	4,78	13,9	136	82
	Птица тушеная с овощами	180	9,09	6,50	16,49	308	302
	Компот из изюма	200	0,45	0,04	23,78	102	376
	Хлеб пшеничный/ржаной	70	4,54	1,09	32,46	149	4
	ИТОГО	-	650	28,79	25,17	78,74	673
ПОЛДНИК	Йогурт питьевой	200	5,8	5,0	8,0	106	401
	Булочка ванильная	50	3,24	6,16	25,84	174	4
	ИТОГО	-	250	9,04	11,16	33,84	280
УЖИН	Рыба, запеченная с картофелем порусски	200	38,42	5,49	207	97	248
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	9,46	38	392
	Хлеб пшеничный/ржаной	50	1,23	0,43	8,37	49	02
	ИТОГО	-	450	50,28	8,85	226,9	241
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	-	1885	100,7	68,86	419,2	1752	-

Стоимость 183 руб. 73 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 23.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая 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	Огурец свежий порц	30	1,38	0,51	10,59	63	21
	Рассольник со сметаной	150	11,60	3,25	3,16	57	67
	Плов из отварной курицы	120	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	-	510	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	-	1605	76,64	82,83	211,06	1566,07	-

Стоимость 181 руб 81 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова



Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 23.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая 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	Огурец свежий порц	40	1,85	0,68	14,13	73	21
	Рассольник со сметаной	200	13,92	3,90	3,79	68	67
	Плов из отварной курицы	180	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	-	630	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	-	1905	82,25	72,83	258,3	1957	-

Стоимость 183 руб 25 коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Илова

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО
Заведующий
Е.Н. Илова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 24.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
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
ОБЕД	Суп картофельный на курином бульоне	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.

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд 24.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	№ рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
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
ОБЕД	Суп картофельный на курином бульоне	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. Рылова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд на 25.08.2023 г. (1-3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность	
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	Суп фасолевый на курином бульоне	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	-	1505	87,09	71,56	197	1863	-

Стоимость _____ 181 _____ руб _____ 52 _____ коп.

Старшая медсестра
О.В. Кузнецова

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий
Е.Н. Рылова

Меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд 25.08.2023 г. (3-7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая ценность				№ рецепт.
			Белк и	Жиры	Углево-ды	Энергетическая ценность	
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	Суп фасолевый на мясном бульоне	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	-	1765	87,09	71,56	197	1863	-

Стоимость _____ 183 _____ руб _____ 29 _____ коп.