

СОГЛАСОВАНО: Заведующий



Мальгинова Л.А.

1 ДЕНЬ САД ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 3-7 лет) 26 декабря						
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
281/2012	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	200	7,23	7,33	29,71	213,76
514/2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	19,77	113,32
107/2012	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89
<i>Итого:</i>		<b>435</b>	<b>12,64</b>	<b>14,39</b>	<b>65,24</b>	<b>440,97</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
126/2012	ФРУКТ	100	0,64	0,64	15,68	71,04
<i>Итого:</i>		<b>100</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>71,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
3/2012	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,09	6,05	5,78	81,58
145/2012	СВЕКОЛЬНИК	200	6,65	5,45	9,26	112,68
354/2018	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	13,53	7,56	6,99	150,16
404/2018	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	1,43	2,61	4,08	45,55
523/2012	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	25,07	103,20
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
<i>Итого:</i>		<b>740</b>	<b>25,92</b>	<b>22,28</b>	<b>74,23</b>	<b>604,77</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
529/2012	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	106,60
538/2018	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	60	5,35	1,42	34,91	173,82
<i>Итого:</i>		<b>250</b>	<b>11,15</b>	<b>6,42</b>	<b>44,51</b>	<b>280,42</b>
<b>УЖИН</b>						
212/2012	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	200	4,33	9,25	13,16	153,24
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,00	0,00	15,04	60,15

122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>450</b>	<b>8,29</b>	<b>9,65</b>	<b>51,25</b>	<b>324,99</b>
<b>Всего за день:</b>						
		<b>1975</b>	<b>67,54</b>	<b>53,95</b>	<b>267,57</b>	<b>1722,19</b>

<b>1 ДЕНЬ</b>		<b>ЯСЛИ ОБЩЕЕ МЕНЮ (дети от 1-3 лет)</b>				
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
281/2012	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	150	4,23	5,33	22,71	193,76
514/2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,90	2,51	19,77	113,32
107/2012	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	30/5	2,51	4,55	15,76	113,89
<b>Итого:</b>		<b>385</b>	<b>9,64</b>	<b>12,39</b>	<b>58,24</b>	<b>420,97</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
126/2012	ФРУКТ	100	0,64	0,64	15,68	71,04
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>71,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
3/2012	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	40	0,05	4,05	3,78	61,58
145/2012	СВЕКОЛЬНИК	150	6,65	5,45	9,26	91,68
354/2018	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	13,53	7,56	6,99	120,16
404/2018	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	1,43	2,61	4,08	45,55
523/2012	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	25,07	103,20
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
<b>Итого:</b>		<b>620</b>	<b>25,88</b>	<b>20,28</b>	<b>72,23</b>	<b>533,77</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
529/2012	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	5,80	5,00	9,60	94,60
538/2018	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	60	5,35	1,42	34,91	173,82
<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>10,06</b>	<b>10,66</b>	<b>44,46</b>	<b>280,42</b>

УЖИН						
212/2012	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	4,33	9,25	13,16	113,24
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,00	0,00	15,04	60,15
122/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,98	0,25	11,90	57,75
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>400</b>	<b>8,29</b>	<b>9,65</b>	<b>51,25</b>	<b>284,99</b>
<b>Всего за день:</b>						
		<b>1715</b>	<b>67,54</b>	<b>53,95</b>	<b>267,57</b>	<b>1591,19</b>

1 ДЕНЬ САД МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ПИЩЕВОЙ АЛЛЕРГИЕЙ (дети от 3-7 лет)						
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал
			Белки	Жиры	Углев.	
<b>ЗАВТРАК</b>						
270/2012	КАША ЯЧНЕВАЯ	200	7,68	11,58	34,40	200,52
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,15	11,15	53,85
114/2012	СЫР	10	3,84	3,92	0,00	50,60
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
<b>Итого:</b>		<b>435</b>	<b>13,50</b>	<b>15,65</b>	<b>55,60</b>	<b>365,16</b>
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>						
126/2012	ФРУКТ	100	0,64	0,64	15,68	71,04
<b>Итого:</b>		<b>100</b>	<b>0,64</b>	<b>0,64</b>	<b>15,68</b>	<b>71,04</b>
<b>ОБЕД</b>						
3/2012	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	60	0,09	6,05	5,78	81,58
169/2012	СУП С ПШЕНОМ	200	1,91	6,94	7,44	99,86
252/2012	КНЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ С РИСОМ	70	13,53	7,56	6,99	150,16
435/2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	5,46	9,23	27,74	148,12
522/2012	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,26	0,21	25,07	103,20
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,15	11,15	53,85
<b>Итого:</b>		<b>710</b>	<b>23,23</b>	<b>30,14</b>	<b>84,17</b>	<b>636,77</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						

530/2012	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
58/2012	ГРЕНКИ	60	5,35	1,42	34,21	153,82
<i>Итого:</i>		<b>260</b>	<b>11,15</b>	<b>6,42</b>	<b>42,21</b>	<b>254,02</b>
<b>УЖИН</b>						
269/2012	ИНДЕКА С ОВОЦАМИ	200	4,33	9,25	13,16	153,24
505/2012	ЧАЙ	200	0,00	0,00	10,05	60,19
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,98	0,15	11,15	53,85
<i>Итого:</i>		<b>450</b>	<b>6,31</b>	<b>9,65</b>	<b>34,36</b>	<b>267,28</b>
<b>Всего за день:</b>						
		<b>1955</b>	<b>54,83</b>	<b>62,50</b>	<b>232,02</b>	<b>1594,27</b>