

МЕНЮ 19 день

Дети с 1-3 лет

2021г.

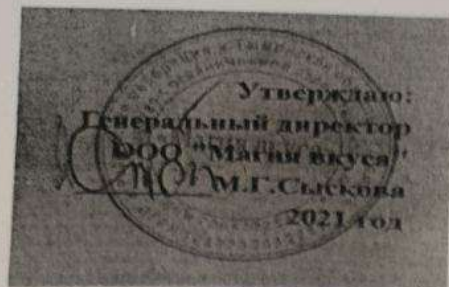
УТВЕРЖДАЮ

[Signature]

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование пищевых веществ, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	Витамины
						С
Завтрак		10,96	14,91	51,54	392,21	6,31
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/9	3,48	6,11	10,73	113,05	0,11
Каша жидкая молочная ячневая	150/4	5,2	6,9	27,20	198,00	5,17
Чай с молоком и сахаром	180	2,28	1,90	13,61	81,16	1,03
Второй завтрак		0,95	0,2	15,4	90,00	3,84
Напиток из кураги	150	0,95	0,2	15,4	90,00	3,84
Обед		29,06	31,42	101,88	666,88	19,01
Салат из кукурузы консервированной	40	1,29	2,78	3,60	44,69	0,00
Суп с мясными фрикадельками	200/20	6,2	4,20	16,40	128,00	8,49
Рыба запеченная	70/30	15,04	3,60	0,54	82,89	1,47
Рис отварной	130	3,64	5,37	36,69	209,70	0,00
Компот из ягодно-яблочной смеси	180	0,78	0,00	13,68	55,68	10,52
Хлеб ржаной	20	1,65	0,30	8,55	82,80	0,00
Хлеб пшеничный	20	2,02	0,25	12,20	58,40	0,00
Полдник		11,30	11,10	46,60	265,00	2,62
Лепешка сметанная	60	5,50	6,10	37,00	190,00	0,02
Молоко кипяченое питьевое	170	5,80	5,00	9,60	75,00	2,60
Итого:		52,27	57,63	215,42	1414,09	0,91

Зав. Столовой

Мед. Работник



УТВЕРЖДАЮ

[Signature]

МЕНЮ 20 день
Дети с 1-3 лет
2021г.

Наименование блюда		Выход, г	Химический состав				Наименование пищевых веществ, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	Витамины
							С
Завтрак			10,06	11,54	56,32	370,73	0,08
Бутерброд с сыром	20/9	3,67	5,06	10,66	92,85	0,08	
Каша молочная кукурузная с маслом	150/4	4,73	6,18	27,13	183,60	1,17	
Чай с сахаром	180	0,01	0,00	9,98	39,98		
#ССЫЛКА!	#####	1,65	0,3	8,55	54,3	0	
Второй завтрак			0,16	0,04	14,1	87,00	3,00
Фрукт(яблоко)	150	0,16	0,04	14,1	87,00	3,00	
Обед			25,14	22,97	64,39	486,00	18,06
Яйцо отварное	40	0,6	0,00	2,30	11,00	5,80	
Суп- пюре овощной с гренками	200/10	5,86	4,87	9,94	115,00	11,76	
Ежики мясные	70	9,2	10,30	5,30	151,00	3,80	
Капуста тушеная	130	3,6	3,30	11,70	91,00	27,50	
Отвар из шиповника	180	0,51	0,21	12,20	65,50	15,50	
Хлеб ржаной	20	1,65	0,30	8,55	82,80	0,00	
Хлеб пшеничный	20	2,02	0,25	12,20	58,40	0,00	
Полдник			7,50	8,94	41,39	261,60	0,22
Ватрушка с творогом	70	8,97	5,04	38,19	205,60	0,22	
Кисломолочный напиток	170	2,10	3,90	3,20	56,00	0,00	
Итого:		42,86	43,50	176,20	1205,33	21,36	

Зав. Столовой

Мед. Работник

[Signature]



УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ 1 день

Дети с 3-7 лет

2021г.

«19»

05

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	Витамины
						С
Завтрак		11,04	14,48	56,74	293,67	2,81
Бутерброд с повидлом	20/20	1,83	5,06	10,96	102,0,0	0,08
Каша жидкая молочная из манной крупы	200/5	6,1	6,88	28,47	190,50	1,56
Кофейный напиток	200	3,11	2,54	17,31	103,17	1,17

Второй завтрак		1,55	0,22	17	100,00	4,26
Напиток из кураги	150	1,55	0,22	17	100,00	4,26
Обед		20,29	15,33	80,59	550,08	13,39
Салат из отварной моркови с кукурузой	60	0,4	3,06	1,10	32,34	2,50
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/8/5	1,8	2,40	10,6	71,00	3,19
Шницель мясной	70	11,04	4,54	12,19	133,95	3,20
Картофельное пюре	150	3,3	4,70	22,01	143,76	2,50
Компот из яблок + Витамин С	200	0,08	0,08	13,94	57,28	2,00
Хлеб ржаной	25,00	1,65	0,3	8,55	56,25	
хлеб пшеничный витаминизированный	25,00	2,02	0,25	12,20	55,50	

Полдник		13,06	8,44	30,51	250,26	0,80
Сырники из творога со сгущенным молоком	100/15	13,05	8,44	20,53	210,28	0,80
Чай с сахаром	200	0,01	0,00	9,98	39,98	
Итого:		45,94	38,47	184,84	1194,01	21,26

Зав. Столовой

Мед. Работник



УТВЕРЖДАЮ



МЕНЮ 2 день

Дети с 1-3 лет

2021г.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	Витамины
						С
Завтрак		15,45	16,26	26,59	305,55	1,51
Бутерброд с сыром	20/9	3,67	5,06	10,66	92,85	0,08
Омлет натуральный	80	9,5	9,3	2,32	131,51	0,40
Кукуруза консервированная	0	0,90	0,10	4,40	22,00	1,24
Чай с молоком и сахаром	180	2,28	1,9	13,61	81,16	1,03
Второй завтрак		0,1	0	13,68	85,00	10,52
Напиток из ягодно-яблочной смеси	150	0,1	0	12,2	85,00	10,52
Обед		30,17	18,89	94,10	592,90	58,88
Икра кабачковая	30	0,54	2,82	3,50	41,80	3,31
Щи из свежей капусты со сметаной	200/5	6,5	3,70	8	91,00	4,73
Гуляш из мяса	70	13,42	15,40	16,10	184,09	2,71
Макароны отварные	130	4,6	4,49	37,08	212,15	0,00
Кисель из ягод	180	0,1	0	15,1	56,68	40,00
Хлеб ржаной	20	1,65	0,3	8,55	54,3	
Хлеб пшеничный	20	2,02	0,25	12,20	58,40	
Полдник		9,00	7,74	25,60	313,20	3,40
Булочка Домашняя	60	3,20	2,74	25,60	205,20	0,80
Молоко кипяченое питьевое	160	5,80	5,00	9,60	108,00	2,60
Итого:		54,72	42,89	159,97	1296,66	70,91

Зав. Столовой

Мед. Работник



МЕНЮ 3 день
Дети с 1-3 лет

УТВЕРЖДАЮ

Химический состав

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Наименование пищевых веществ, мг
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал	Витамины
						С
Завтрак		11,65	16,60	55,12	396,00	2,94
Бутерброд с маслом	20/6	1,83	5,06	10,96	102,00	0,08
Каша пшенная	150/4	6,4	7,45	27,44	203,30	1,56
Какао с молоком	180	3,42	4,09	16,72	107,15	1,30
Второй завтрак		0,12	0,12	15,06	55,00	0,00
Напиток из изюма+Витамин С	150	0,12	0,12	15,06	55,00	0,00
Обед		22,51	22,37	77,19	599,90	60,60
Нарезка из отварной свеклы	45	0,44	2,77	1,67	33,39	7,92
Суп картофельный с мясом со сметаной	200/8/4	3,33	4,05	13,21	11,17	16,28
Тефтели мясные	70	10,47	9,92	12,57	159,42	1,10
Капуста тушеная	130	3,6	3,30	11,70	91,00	27,50
Компот из ягодно-яблочной смеси	180	0,78	0	13,68	55,88	10,52
Хлеб ржаной	20,00	1,65	0,3	8,55	54,3	0
Хлеб пшеничный витаминизированный	20,00	2,02	0,25	12,20	58,40	0,00
Полдник		5,65	16,64	55,45	270,00	
Коржик молочный	50	5,64	16,64	45,47	250,00	
Чай с сахаром и лимоном	180/2	0,01	0,00	9,98	39,98	
Итого:		39,93	55,61	187,76	1320,89	2,94

Зав. Столовой

Мед. Работник