

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 , 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	168	4	4	25	150
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Какао с молоком 180 г р.	128	3	3	21	180
Итого:	412	10	13	62	366
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	60	1	3	6	50
Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной 180г	58	1	2	6	180
Котлета мясная 70 гр	189	14	12	2	70
Капуста тушеная 130 г.	95	3	4	12	130
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр,	72	0	0	17	180
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	530	21	22	57	645
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Йогурт питьевой 180 г	154	9	6	15	180
Суп молочный с крупой 0,18	105	3	4	12	180
Булочка с сыром 60 гр	276	8	13	25	60
Хлеб пшеничный 20 гр	47	2	0	10	20
Итого:	581	22	23	62	440
Всего:	1610	53	57	201	1651

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1, 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Запеканка из творога 150 гр	422	20	24	19	150
Сгущенное молоко 20 гр	66	1	2	11	20
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Чай с молоком 180 гр	88	2	3	12	180
Итого:	693	26	35	59	386
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28	1	0	7	100
Итого:	28	1	0	7	100
Обед					
Огурец свежий порционный 50 гр	7	0	0	2	50
Суп-пюре из картофеля 200 гр	94	2	3	13	200
Гуляш из мяса свинины 80 гр.	231	15	15	4	80
Каша гречневая рассыпчатая	190	5	5	33	150
Компот из ягод замороженных.	96	0	0	22	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	672	25	23	86	765
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Йогурт питьевой 180 г	154	9	6	15	180
Рагу из овощей 150г	115	3	5	13	150
Сдоба обыкновенная 70 гр	248	6	5	39	70
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Итого:	572	20	16	81	430
Всего:	2011	73	73	243	1781

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1, 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша вязкая из гречи и риса молочная("Дружба 2")со сливочным маслом	184	5	7	24	180
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Чай с лимоном 180 гр.	50	0	0	12	180
Итого:	350	7	12	52	396
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из белокочанной капусты с кукурузой,луком и растительным маслом 50 гр.	58	1	3	7	50
Суп крестьянский с крупой со сметаной 0,180	91	2	4	11	180
Суфле из печени 70 гр	140	16	6	2	70
Картофельное пюре 130 гр	130	3	4	19	130
Компот из сухофруктов 180 гр.	70	1	0	16	180
Хлеб ржаной 30 гр.	52	2	0	12	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	541	24	18	66	695
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	0	0	10	100
Итого:	46	0	0	10	100
Полдник					
Кефир 180 г	101	5	6	7	180
Запеканка из творога с морковью 130 гр	319	12	22	20	130
Сгущенное молоко 20 гр	66	1	2	11	20
Печенье 30 гр	145	3	2	24	30
Хлеб пшеничный 30 гр	70	2	0	15	30
Итого:	700	24	31	77	390
Всего:	1677	56	61	216	1681

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 , 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным 150г	149	4	4	21	150
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Кофейный напиток с молоком 180 гр	95	2	2	13	180
Итого:	361	9	12	51	366
Второй завтрак					
Апельсин 70 гр	20	0	0	5	70
Итого:	20	0	0	5	70
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60г	69	1	4	6	60
Суп рыбный 180.	94	7	3	9	180
Котлета из мяса куры 70 гр	102	13	3	4	70
Макаронные изделия отварные 130 гр.	211	5	4	35	130
Компот из яблок и кураги 180 гр	64	0	0	15	180
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	595	29	14	81	705
15:00					
Сок фруктовый 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Кефир 180 г	102	5	6	7	180
Суп-пюре из картофеля 150 гр	70	2	2	10	150
Вафли 20 гр	71	1	1	16	20
Гренки 20 гр	56	2	0	11	20
Итого:	298	9	9	44	370
Всего:	1320	48	36	191	1611

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети №1, 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Повидло	51	0	0	13	20
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Запеканка творожная 140 гр	385	18	24	13	140
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Чай 180 гр,	34	0	0	8	180
Итого:	579	21	29	51	375
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28	1	0	7	100
Итого:	28	1	0	7	100
Обед					
Помидор порционный 50 гр	14	1	0	3	50
Свекольник	111	2	4	15	200
Жаркое по - домашнему 180г	246	17	18	15	180
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр,	72	0	0	17	180
Хлеб ржаной 35 гр	64	2	0	15	35
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	506	23	23	65	650
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Снежок 180 г	151	5	6	20	180
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 150г	168	4	4	25	150
Пирожок с яблоками	175	4	6	22	80
Итого:	494	13	16	67	410
Всего:	1654	57	68	200	1635

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 , 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 130 гр.	163	9	11	3	110
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Батон 30 гр.	71	2	1	16	30
Чай с молоком 180 гр	88	2	3	12	180
Итого:	368	13	19	31	326
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из белокачанной капусты с помидорами 60гр	43	1	3	4	60
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	138	5	6	14	200
Суфле из рыбы 70 гр	116	11	3	3	70
Картофельное пюре.	146	3	4	22	150
Компот из сухофруктов.	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	573	23	16	72	765
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Снежок 180 г	151	5	6	20	180
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	175	5	5	24	150
Пряник 20 гр	71	1	1	16	20
Хлеб пшеничный 30 гр	70	2	0	15	30
Итого:	467	13	11	74	380
Всего:	1494	50	48	198	1671

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	175	5	5	24	150
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Сыр 12 гр	39	3	3	0	12
Какао с молоком 180 г р.	128	3	3	21	180
Итого:	459	13	16	61	378
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 50гр.	71	1	4	5	50
Суп гороховый со сметаной 180 гр	96	3	3	13	180
Котлета мясная 70 гр	190	14	12	2	70
Макаронные изделия отварные 130 гр	175	4	3	30	130
Кисель из брусники	105	0	0	24	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	691	24	22	88	715
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Йогурт питьевой 150 г	129	7	5	13	150
Гренки	56	2	0	11	20
Суп-пюре из разных овощей 180 гр	83	2	4	9	180
Зефир 20 гр	61	0	0	16	20
Итого:	329	12	8	49	370
Всего:	1567	50	47	218	1663

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1, 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	159	4	6	21	150
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Чай с лимоном 180 гр	36	0	0	8	180
Итого:	303	7	11	46	365
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.	85	1	8	3	50
Щи с мясом со сметаной 180 г	106	5	6	7	180
Биточки рыбные 70 гр	143	13	6	6	70
Рис припущенный с овощами	168	3	6	23	130
Компот из сухофруктов 180 г	73	1	0	16	180
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	630	25	26	68	695
15:00					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Полдник					
Кефир 180 г	102	5	6	7	180
Пюре розовое	137	3	5	18	150
Пряник 30 гр	106	1	1	23	30
Хлеб пшеничный 30 гр	70	2	0	15	30
Итого:	414	12	12	64	390
Всего:	1433	44	49	199	1650

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1, 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	175	5	5	23	150
Масло сливочное 5г	37	0	4	0	5
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Кофейный напиток с молоком 180 гр	95	2	2	13	180
Итого:	379	10	12	53	365
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Огурец свежий порционный 50 гр	7	0	0	2	50
Уха рыбацкая 0,150	84	5	2	8	150
Суфле из мяса кур паровое 70 гр	274	15	19	3	70
Картофель отварной 130 г	134	2	4	21	130
Компот из сухофруктов 180гр	68	0	0	15	180
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0	0	0	0	50
Итого:	622	25	25	62	665
15:00					
Снежок 180 г	151	5	6	20	180
Итого:	151	5	6	20	180
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	81	2	3	9	150
Чай 180 гр,	34	0	0	8	180
Манник (50 гр)	231	6	7	32	50
Итого:	346	8	10	50	380
Всего:	1538	48	53	195	1690

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1 , 7.515 д/с, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	159	4	6	21	150
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Масло сливочное 5гр	45	0	5	0	5
Чай с лимоном	55	0	0	13	200
Итого:	331	7	12	50	386
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Огурец консервированный 20 гр	3	0	0	0	20
Борщ на мясном бульоне со сметаной .	77	2	3	11	200
Плов из мяса говядины 180 гр.	328	14	15	28	180
Компот из сухофруктов 200 г	82	1	0	18	200
Хлеб ржаной 30 гр.	55	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	544	18	19	69	635
Полдник					
Запеканка из творога с картофелем	427	17	25	21	150
Снежок 150 г	126	4	5	16	150
Джем 15 г	42	0	0	11	15
Печенье 25 гр	116	3	1	19	25
Хлеб пшеничный 20г	47	2	0	10	20
Итого:	757	25	31	78	360
Всего:	1678	50	62	208	1481

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)