

МЕНЮ (1 день)
«___» _____ 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР МАУ ЦСЭ
ИВАНОВА Т.Н.

Наименование блюда		ясли		сад	
		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
Завтрак					
1	Макаронные изделия (отварные)	100	135,0	100	135,00
2	Яйцо отварное	40	63,0	40	63,0
3	Консервы овощные (икра кабачковая)	50	60,63	100	121,26
4	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	84,0	180	100,8
5	Хлеб пшеничный	20	47,6	25,8	61,4
6	Масло сливочное (порциями)	5	33,05	5	33,05
Итого за завтрак		365	423,28	450,8	514,51
2-ой завтрак					
1	Кефир	150	76,67	171,8	87,15
2					
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		150	76,67	171,8	87,15
Обед					
1	Суп картофельный с рисом	180	120,42	200	101,8
2	Биточек из говядины рубленый	60	139,0	70	231,67
3	Капуста тушеная	100	75,1	150	112,65
4	Компот из свежих плодов (яблоко)	150	73,2	180	87,84
5	Хлеб пшеничный	15	35,7	-	-
6	Хлеб ржаной	30	66,0	31,6	69,52
7					
8					
9					
Итого за обед		535	509,42	631,6	603,48
Полдник					
1	Каша рисовая на молоке (жидкая)	100	148,0	100	148,0
2	Чай с сахаром	150	28,0	180	40,0
3	Сдоба обыкновенная (плюшка)	70	205,55	70	205,55
4					
5					
6					
Итого за полдник:		320	381,55	350	393,55
Итого за день:		1370	1390,92	1604,2	1598,69
Стоимость дня:		145,97		174,86	

М Е Н Ю (3 день)
« » 2024г.

Наименование блюда		ясти		сад	
		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
Завтрак					
1	Салат из белокочанной капусты	40	34,96	40	52,44
2	Омлет с сыром	60	148,0	120	267,33
3	Кофейный напиток с молоком	150	70,0	180	84,0
4	Хлеб пшеничный	20	47,6	20	47,6
5	Масло сливочное	5	33,05	-	-
6					
Итого за завтрак		275	333,61	360	451,37
2-ой завтрак					
1	Ряженка	149	80,53	-	-
2	Кефир	-	-	167	84,72
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		149	80,53	167	84,72
Обед					
1	Суп картофельный протертый с гренками	180/15	74,68	-	-
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	-	-	200	83,8
3	Суфле из печени говядины	60	181,59	72	186,77
4	Каша пшеничная вязкая	100	97,0	100	77,6
5	Сок натуральный (клубничный) промышленного производства	150	70,5	172	80,84
6	Хлеб ржаной	30	66,0	31,2	68,64
Итого за обед		535	489,77	575,2	497,65
Полдник					
1	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	50/50	79,34	50/50	79,34
2	Чай с сахаром	150	28,0	180	40,0
3	Хлеб пшеничный	15	35,7	17,2	40,92
4	Фрукты свежие (яблоко)	65	28,6	-	-
5					
6					
Итого за полдник:		337	171,64	297,2	160,26
Итого за день:		1297	1076,09	1399,4	1194,00
Стоимость дня:		111,37		118,45	

УТВЕРЖДАЮ
 ДИРЕКТОР МАУ ЦСЭ
 ИВАНОВА Т.Н.

М Е Н Ю (4 день)
 « » 2024г.

Наименование блюда		ясти		сад	
Завтрак		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
1	Каша манная	150	178,0	180	213,6
2	Чай с сахаром	150	28,0	180	40,0
3	Масло сливочное	5	33,05	5	33,05
4	Хлеб пшеничный	20	47,6	20	47,6
5					
6					
Итого за завтрак		325	286,65	385	334,25
2-ой завтрак					
1	Фрукты свежие (яблоки)	65	28,6	70	30,8
2					
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		65	28,6	70	30,8
Обед					
1	Суп «Харчо»	180/15	109,47	200/10	121,63
2	Рагу из птицы	160	260,85	161	262,48
3	Кисель из св. плодов (яблоки)	150	82,65	180	99,18
4	Хлеб пшеничный	15	35,7	19,6	51,4
5	Хлеб ржаной	36,6	80,52	-	-
6	Салат из свеклы	40	37,56	-	-
7					
8					
9					
Итого за обед		596,6	606,75	570,6	534,69
Полдник					
1	Запеканка из творога со смет.	80/8	222,64	100/5	271,9
2	Молоко кипяченое	150	85,00	180	102,0
3					
4					
5					
6					
Итого за полдник:		238	307,64	287,1	373,9
Итого за день:		1228	1231,43	1312,7	1273,64
Стоимость дня:		156,66		168,0	

« М Е Н Ю (5 день 2024г.»

Наименование блюда		ясли		сад	
Завтрак		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
1	Икра свекольная	40	40,04	60	60,06
2	Тефтели рыбные тушеные с см/с	60/15	96,12	60/15	96,12
3	Чай с сахаром	150	40,0	180	40,0
4	Хлеб пшеничный	15	35,7	19,8	47,12
5	Масло сливочное	7	46,27	-	-
6					
Итого за завтрак		287	318,19	334,8	243,3
2-ой завтрак					
1	кефир	150	76,0	162	82,07
2					
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		150	76,0	162	82,07
Обед					
1	Щи из свежей капусты с картофелем	180	61,02	200	67,8
2	Котлеты рубленые запеченные в мал соусе	60	139,0	70	162,17
3	Гороховое пюре	110	169,13	110	169,13
4	Сок промышленного производства(клубника).	150	70,50	181	85,07
5	Хлеб ржаной	30	66	32,8	72,16
6	Хлеб пшеничный	15	35,7	-	-
7					
8					
9					
Итого за обед		545	541,35	593,8	556,33
Полдник					
1	Вареники ленивые	80/5	174,4	65/7	147,72
2	Какао с молоком	150	89,0	180	106,8
3	Фрукты свежие (яблоки)	65	28,6	50	30,8
4					
5					
6					
Итого за полдник:		300	286,6	302	285,32
Итого за день:		1282	1222,14	1392,6	1167,02
Стоимость дня:		166,27		168,43	

МЕНЮ (6 день)

« « 2024г.

Наименование блюда		ясти		сад	
		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
Завтрак					
1	Икра кабачковая	100	121,26	105	127,32
2	Яйцо вареное	40	63,0	40	63,0
3	Чай с сахаром	150	40,0	180	40,0
4	Хлеб пшеничный	20	47,6	20	47,6
5	Масло сливочное	7	46,27	5	33,05
6					
Итого за завтрак		317	318,13	345	310,97
2-ой завтрак					
1	Фрукты свежие (яблоки)	65	28,6	70	30,8
2					
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		65	28,6	70	30,8
Обед					
1	Суп картофельный	180	103,3	200	81,0
2	Запеканка картофельная с мясом	150	229,92	150	229,92
3	Кофейный напиток со сгущенным молоком	150	84,0	180	100,8
4	Хлеб ржаной	30	66,0	31,5	69,3
5					
6					
7					
8					
9					
Итого за обед		510	483,22	561,5	481,02
Полдник					
1	Салат из белокочанной капусты	40	34,96	60	52,44
2	Биток рыбный запеченный	60	81,0	70	94,5
3	Компот из смеси сухофруктов	150	84,75	180	101,7
4	Хлеб пшеничный	15	35,70	17,1	40,69
5					
6					
Итого за полдник:		265	236,41	327,1	289,33
Итого за день:		1158	1066,36	1301,6	1112,12
Стоимость дня:		173,06		183,21	

М Е Н Ю (7 день)

« » 2024г.

Наименование блюда		ясли		сад	
Завтрак		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
1	Суп молочный с пшеном	150	110,10	180	132,12
2	Чай с молоком	150	77,0	-	-
3	Хлеб пшеничный	20	47,6	24	57,12
4	Чай с сахаром	-	-	180	40,0
5	Масло сливочное (порциями)	7	46,27	5	33,05
6				-	-
Итого за завтрак		327	298,97	384	262,29
2-ой завтрак					
1	Кефир	150	75,0	161	82,69
2					
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		150	75,0	161	82,22
Обед					
1	Суп картофельный с бобовыми и мясом	180/12	127,42	200/8	157,57
2	Плов из птицы	60/100	237,21	52/100	202,3
3	Сок пром. Производства клубника, кизил	150	70,49	155	86,1
4	Хлеб пшеничный	20	47,6	-	-
5	Хлеб ржаной	30	66,0	28	72,6
6					
7					
8					
9					
Итого за обед		552	548,72	543	518,57
Полдник					
1	Пудинг из творога с рисом	80	193,0	102,4	343,15
2	Какао с молоком	150	89,0	180	106,8
3	Фрукты (яблоки)	80	35,2	-	-
4					
5					
6					
Итого за полдник:		310	317,2	327,5	449,95
Итого за день:		1350	1239,89	1451,5	1313,03
Стоимость дня:		177,67		158,81	

М Е Н Ю (8 день)

« » 2024г.

Наименование блюда		ясти		сад	
		Вес блюда	к/ккал	Вес блюда	к/ккал
завтрак					
1	Омлет натуральный	60	117,75	100	206,85
2	Чай с сахаром	150	40,0	180	40,0
3	Хлеб пшеничный	20	47,6	20	47,6
4	Масло сливочное	7	46,27	5	33,05
5					
6					
Итого за завтрак		237	300,62	305	394,3
2-ой завтрак					
1	Ряженка	173	87,65	-	-
2	Кефир	-	-	145	73,56
3					
4					
Итого за 2-ой завтрак		173	87,65	145	73,56
Обед					
1	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	180/5	84,01	200/5	93,34
2	Суфле из печени говядины	60	181,59	70	211,85
3	Пюре картофельное	110	100,65	110	100,65
4	Кисель свежих плодов (яблоко)	150	82,65	180	99,18
5	Хлеб ржаной	30	66,0	24,3	53,46
6					
7					
8					
9					
Итого за обед		535	514,9	589,3	558,48
полдник					
1	Салат из свеклы	40	37,56	60	56,34
2	Биточек рыбный запеченный	60	81,0	70	94,5
3	Чай с сахаром	150	40,0	180	40,0
4	Хлеб пшеничный	15	35,7	18	42,84
5	Фрукты свежие (яблоко)	65	28,60	-	-
6					
Итого за полдник:		330	222,86	328	233,68
Итого за день:		1275	1090,59	1367,3	1260,02
Стоимость дня:		153,37		173,07	

