|  |
| --- |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 06.08.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10** | **30\10** | **4,93** | **11,43** | **15,42** | **184,27** | **4** |
| **ЧАЙ С МОЛОКОМ ЯСЛИ** | **180** | **1,13** | **0,94** | **8,78** | **48,07** | **506** |
| **КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ ЯСЛИ** | **150** | **4,47** | **5,93** | **17,85** | **142,62** | **272** |
| **Итого по подменю:**  | **360** | **10,53** | **18,30** | **42,05** | **374,96** |  |
|  |
| ***2-ОЙ ЗАВТРАК*** |
| **ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.** | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **118** |
| **Итого по подменю:**  | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** |  |
|  |
| ***ОБЕД*** |
| **ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦ.** | **30** | **0,33** | **0,06** | **1,14** | **6,42** | **112** |
| **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ Я** | **150** | **1,74** | **1,86** | **12,91** | **75,33** | **152** |
| **КАПУСТА ТУШЕНАЯ 120** | **120** | **3,16** | **4,08** | **12,72** | **100,25** | **428** |
| **КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ ИЗ КУРЫ ЯСЛИ** | **50** | **7,00** | **1,87** | **4,88** | **64,33** | **417** |
| **КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С АПЕЛЬСИНАМИ 150** | **150** | **0,36** | **0,15** | **17,50** | **72,83** | **529** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **Итого по подменю:**  | **540** | **14,47** | **8,30** | **69,07** | **408,88** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ** | **180** | **4,50** | **4,50** | **7,20** | **87,30** | **535** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ** | **30** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **607** |
| **Итого по подменю:**  | **210** | **4,50** | **4,50** | **7,20** | **87,30** |  |
|  |
| ***УЖИН*** |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ** | **130** | **2,98** | **5,16** | **20,06** | **138,60** | **434** |
| **СУФЛЕ РЫБНОЕ 60** | **60** | **10,77** | **5,12** | **2,82** | **99,24** | **341** |
| **ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180** | **180** | **0,06** | **0,01** | **10,72** | **43,18** | **504** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ 35** | **35** | **1,65** | **0,25** | **17,43** | **78,51** | **115** |
| **Итого по подменю:**  | **405** | **15,46** | **10,54** | **51,03** | **359,53** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1595*** | ***44,96*** | ***41,64*** | ***169,35*** | ***1230,67*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 07.08.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **КАКАО С МОЛОКОМ ЯСЛИ** | **180** | **3,10** | **2,25** | **18,55** | **106,85** | **508** |
| **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180** | **180** | **7,21** | **6,97** | **32,50** | **221,58** | **273** |
| **БАТОН ПОРЦ.** | **40** | **3,00** | **11,60** | **20,56** | **198,64** | **117** |
| **МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)** | **5** | **0,05** | **3,63** | **0,07** | **33,11** | **111** |
| **Итого по подменю:**  | **405** | **13,36** | **24,45** | **71,68** | **560,18** |  |
|  |
| ***2-ОЙ ЗАВТРАК*** |
| **ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.** | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **118** |
| **Итого по подменю:**  | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** |  |
|  |
| ***ОБЕД*** |
| **ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦ. ЯСЛИ** | **30** | **0,21** | **0,03** | **0,57** | **3,39** | **112** |
| **СУП ГОРОХОВЫЙ ЯСЛИ** | **150** | **3,43** | **2,44** | **12,33** | **85,04** | **149** |
| **СЛОЖНЫЙ ГАРНИР(КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С КАПУСТОЙ 120** | **120** | **2,60** | **3,98** | **14,14** | **102,77** | **440** |
| **КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ** | **60** | **10,11** | **4,08** | **6,37** | **102,64** | **386** |
| **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК ЯСЛИ** | **150** | **0,15** | **0,15** | **16,18** | **66,71** | **526** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.25 Г** | **25** | **1,18** | **0,18** | **12,45** | **56,08** | **115** |
| **Итого по подменю:**  | **535** | **17,68** | **10,86** | **62,04** | **416,63** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ В АССОРТИМЕНТЕ ЯСЛИ** | **180** | **5,76** | **4,50** | **20,34** | **144,90** | **536** |
| **ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ** | **60** | **4,27** | **1,70** | **39,47** | **189,94** | **559** |
| **Итого по подменю:**  | **240** | **10,03** | **6,20** | **59,81** | **334,84** |  |
|  |
| ***УЖИН*** |
| **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДК.** | **150/30** | **22,98** | **13,54** | **42,47** | **383,24** | **319** |
| **САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ 40** | **40** | **0,57** | **0,04** | **3,50** | **16,70** | **19** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ 180** | **180** | **0,00** | **0,00** | **10,53** | **42,12** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:**  | **240** | **25,15** | **13,78** | **66,44** | **490,02** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1500*** | ***66,22*** | ***55,29*** | ***259,97*** | ***1801,67*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 08.08.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ) ЯСЛИ** | **180** | **2,70** | **2,25** | **11,25** | **76,05** | **514** |
| **БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10** | **30\10** | **4,93** | **11,43** | **15,42** | **184,27** | **4** |
| **КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150** | **150** | **5,59** | **4,99** | **27,12** | **175,75** | **270** |
| **Итого по подменю:**  | **360** | **13,22** | **18,67** | **53,79** | **436,07** |  |
|  |
| ***2-ОЙ ЗАВТРАК*** |
| **ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.** | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **118** |
| **Итого по подменю:**  | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** |  |
|  |
| ***ОБЕД*** |
| **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 40 Г** | **40** | **0,40** | **0,07** | **1,37** | **7,70** | **30** |
| **ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ЯСЛИ** | **150** | **1,18** | **0,12** | **5,77** | **28,91** | **145** |
| **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120** | **120** | **2,54** | **3,16** | **18,03** | **110,75** | **297** |
| **СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ 60 \ 20 СОУС МОЛ** | **80** | **8,26** | **5,66** | **6,12** | **107,51** | **392** |
| **СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.** | **200** | **0,00** | **0,00** | **23,00** | **92,00** | **537** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.25 Г** | **25** | **1,18** | **0,18** | **12,45** | **56,08** | **115** |
| **Итого по подменю:**  | **615** | **13,56** | **9,19** | **66,74** | **402,95** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ** | **180** | **4,50** | **4,50** | **7,20** | **87,30** | **535** |
| **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (2-Й ВАРИАНТ) 50** | **50** | **2,29** | **8,70** | **21,92** | **175,14** |  |
| **Итого по подменю:**  | **230** | **6,79** | **13,20** | **29,12** | **262,44** |  |
|  |
| ***УЖИН*** |
| **РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 120** | **120** | **2,49** | **3,82** | **12,15** | **92,97** | **201** |
| **КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЯСЛИ** | **60** | **9,76** | **4,46** | **3,84** | **94,15** | **384** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ ЯСЛИ** | **180** | **0,00** | **0,00** | **7,80** | **31,20** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г** | **40** | **3,20** | **0,40** | **19,88** | **95,92** | **114** |
| **Итого по подменю:**  | **400** | **15,45** | **8,68** | **43,67** | **314,24** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1685*** | ***49,02*** | ***49,74*** | ***193,32*** | ***1415,70*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 09.08.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ) ЯСЛИ** | **180** | **2,70** | **2,25** | **11,25** | **76,05** | **514** |
| **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5** | **30\5** | **2,30** | **12,33** | **15,49** | **182,08** | **2** |
| **КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ЯСЛИ** | **150** | **4,31** | **5,34** | **24,43** | **163,06** | **274** |
| **Итого по подменю:**  | **360** | **9,31** | **19,92** | **51,17** | **421,19** |  |
|  |
| ***2-ОЙ ЗАВТРАК*** |
| **ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.** | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **118** |
| **Итого по подменю:**  | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** |  |
|  |
| ***ОБЕД*** |
| **САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 30 Г** | **30** | **0,19** | **0,03** | **0,51** | **3,06** | **36** |
| **БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150** | **150** | **1,75** | **0,84** | **10,37** | **56,00** | **133** |
| **ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ ЯСЛИ** | **180** | **22,60** | **5,89** | **38,40** | **297,05** | **411** |
| **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150** | **150** | **0,42** | **0,02** | **19,79** | **81,00** | **527** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ** | **200** | **15,28** | **10,93** | **42,11** | **327,89** | **375** |
| **Итого по подменю:**  | **750** | **42,12** | **17,99** | **131,10** | **854,72** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ В АССОРТИМЕНТЕ ЯСЛИ** | **180** | **5,76** | **4,50** | **20,34** | **144,90** | **536** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 20 Г** | **20** | **0,56** | **0,46** | **7,20** | **35,18** | **607** |
| **Итого по подменю:**  | **200** | **6,32** | **4,96** | **27,54** | **180,08** |  |
|  |
| ***УЖИН*** |
| **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 160/30** | **160/30** | **16,44** | **8,65** | **32,49** | **272,94** | **11** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ 180** | **180** | **0,00** | **0,00** | **10,53** | **42,12** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г** | **40** | **3,20** | **0,40** | **19,88** | **95,92** | **114** |
| **Итого по подменю:**  | **410** | **19,64** | **9,05** | **62,90** | **410,98** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1800*** | ***77,39*** | ***51,92*** | ***272,71*** | ***1866,97*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 12.08.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150** | **150** | **6,34** | **5,16** | **33,03** | **203,88** | **168** |
| **ЧАЙ С МОЛОКОМ ЯСЛИ** | **180** | **1,13** | **0,94** | **8,78** | **48,07** | **506** |
| **БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40** | **40** | **4,60** | **13,61** | **12,92** | **192,55** | **4** |
| **Итого по подменю:**  | **370** | **12,07** | **19,71** | **54,73** | **444,50** |  |
|  |
| ***2-ОЙ ЗАВТРАК*** |
| **ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.** | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **118** |
| **Итого по подменю:**  | **80** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** |  |
|  |
| ***ОБЕД*** |
| **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 40** | **40** | **0,75** | **0,05** | **4,43** | **21,18** | **51** |
| **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ Я** | **150** | **1,74** | **1,86** | **12,91** | **75,33** | **152** |
| **КАПУСТА, ТУШЕНАЯ С КУРОЙ 150** | **150** | **10,50** | **2,57** | **6,17** | **89,82** | **8** |
| **НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД ЯСЛИ** | **150** | **0,73** | **0,03** | **26,49** | **109,16** | **526** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **Итого по подменю:**  | **530** | **15,60** | **4,79** | **69,92** | **385,21** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ** | **50** | **4,76** | **0,95** | **34,13** | **164,07** | **585** |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150** | **150** | **4,50** | **3,75** | **7,05** | **79,95** | **534** |
| **Итого по подменю:**  | **200** | **9,26** | **4,70** | **41,18** | **244,02** |  |
|  |
| ***УЖИН*** |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ** | **130** | **2,98** | **5,16** | **20,06** | **138,60** | **434** |
| **РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 70 Г** | **70** | **12,72** | **2,95** | **4,00** | **91,56** | **343** |
| **ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180** | **180** | **0,06** | **0,01** | **10,72** | **43,18** | **504** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:**  | **400** | **17,36** | **8,32** | **44,72** | **321,30** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1580*** | ***54,29*** | ***37,52*** | ***210,55*** | ***1395,03*** |  |