|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ДЕТСКИЙ САД IT-МИР (3-7 ЛЕТ)** | | | | | | |
| **Меню на 19.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5** | **30\5** | **2,30** | **12,33** | **15,49** | **182,08** | **2** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ)** | **200** | **3,00** | **2,50** | **12,50** | **84,50** | **514** |
| **СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ** | **200** | **5,88** | **5,13** | **20,15** | **150,28** | **171** |
| **Итого по подменю:** | **430** | **11,18** | **19,96** | **48,14** | **416,86** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ** | **60** | **1,08** | **0,06** | **4,38** | **22,38** | **2** |
| **СВЕКОЛЬНИК 200** | **200** | **2,00** | **4,13** | **13,70** | **99,91** | **136** |
| **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200** | **200** | **3,65** | **4,03** | **25,33** | **151,75** | **334** |
| **СОУС ТОМАТНЫЙ 30 ГР.** | **30** | **0,39** | **1,10** | **6,12** | **35,97** | **462** |
| **КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ** | **200** | **0,55** | **0,03** | **24,11** | **98,87** | **527** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **750** | **11,15** | **9,83** | **103,50** | **546,56** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **КЕФИР ПОРЦ.** | **200** | **5,00** | **5,00** | **8,00** | **97,00** | **535** |
| **ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ** | **60** | **3,73** | **1,64** | **35,89** | **172,94** | **559** |
| **Итого по подменю:** | **260** | **8,73** | **6,64** | **43,89** | **269,94** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180 Г** | **180** | **15,99** | **24,17** | **3,41** | **283,01** | **307** |
| **ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60 Г** | **60** | **0,85** | **0,12** | **5,59** | **26,84** | **82** |
| **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА** | **200** | **0,46** | **0,10** | **22,52** | **92,82** | **531** |
| **ХЛЕБ ПОРЦИОН. 25 Г** | **25** | **2,00** | **0,25** | **12,43** | **59,95** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **465** | **19,30** | **24,64** | **43,95** | **462,62** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1985*** | ***50,36*** | ***61,07*** | ***239,48*** | ***1695,98*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **ДЕТСКИЙ САД IT-МИР (3-7 ЛЕТ)** | | | | | | |
| **Меню на 20.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 180** | **180** | **4,88** | **6,02** | **24,22** | **170,58** | **266** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ)** | **200** | **3,00** | **2,50** | **12,50** | **84,50** | **514** |
| **БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10** | **30\10** | **4,93** | **11,43** | **15,42** | **184,27** | **4** |
| **Итого по подменю:** | **410** | **12,81** | **19,95** | **52,14** | **439,35** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ** | **60** | **0,88** | **0,07** | **4,55** | **22,36** | **1** |
| **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 200** | **200** | **1,94** | **1,12** | **10,01** | **57,88** | **7** |
| **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ** | **150** | **5,36** | **4,91** | **38,28** | **218,79** | **297** |
| **ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70 ГР.** | **70** | **0,53** | **2,86** | **2,72** | **38,70** | **327** |
| **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК** | **200** | **0,16** | **0,16** | **14,08** | **58,40** | **526** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **ХЛЕБ ПОРЦИОН. 25 Г** | **25** | **2,00** | **0,25** | **12,43** | **59,95** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **745** | **12,75** | **9,65** | **101,99** | **545,80** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ** | **200** | **6,00** | **5,00** | **9,40** | **106,60** | **534** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 50 ГР** | **50** | **1,00** | **1,00** | **22,50** | **103,00** | **607** |
| **Итого по подменю:** | **250** | **7,00** | **6,00** | **31,90** | **209,60** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ** | **150** | **3,46** | **5,96** | **23,32** | **160,80** | **434** |
| **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70\50** | **70\50** | **8,04** | **6,88** | **9,83** | **133,37** | **244** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ** | **200** | **0,00** | **0,00** | **9,36** | **37,44** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **440** | **13,10** | **13,04** | **52,45** | **379,57** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1925*** | ***45,66*** | ***48,64*** | ***238,48*** | ***1574,32*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **ДЕТСКИЙ САД IT-МИР (3-7 ЛЕТ)** | | | | | | |
| **Меню на 21.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150** | **150** | **3,97** | **4,89** | **16,91** | **127,54** | **268** |
| **КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)** | **200** | **3,75** | **2,75** | **9,38** | **77,25** | **508** |
| **БАТОН ПОРЦ.** | **30** | **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:** | **385** | **10,77** | **22,87** | **46,92** | **436,54** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 СОЛЕНЫЙ ПОРЦ.** | **60** | **0,48** | **0,06** | **1,38** | **7,98** | **113** |
| **СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 200** | **200** | **2,26** | **1,53** | **11,86** | **70,20** | **160** |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ** | **150** | **3,41** | **2,34** | **23,25** | **127,70** | **434** |
| **КОТЛЕТА РЫБНАЯ** | **80** | **11,72** | **3,18** | **7,96** | **106,86** | **351** |
| **КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ** | **200** | **0,26** | **0,21** | **17,81** | **74,16** | **528** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **ХЛЕБ ПОРЦИОН. 25 Г** | **25** | **2,00** | **0,25** | **12,43** | **59,95** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **755** | **22,01** | **7,85** | **94,61** | **536,57** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ** | **50** | **4,76** | **0,95** | **34,13** | **164,07** | **585** |
| **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ** | **200** | **1,30** | **0,08** | **24,45** | **103,68** | **403** |
| **Итого по подменю:** | **250** | **6,06** | **1,03** | **58,58** | **267,75** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ / ПОВИДЛО 180/20** | **180/20** | **28,18** | **29,97** | **49,93** | **580,51** | **199** |
| **КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ** | **200** | **0,02** | **0,02** | **11,83** | **47,54** | **516** |
| **БАТОН 50 ГР** | **50** | **3,83** | **14,79** | **26,21** | **253,27** | **117** |
| **Итого по подменю:** | **450** | **32,03** | **44,78** | **87,97** | **881,32** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1920*** | ***70,87*** | ***76,53*** | ***288,08*** | ***2122,18*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **ДЕТСКИЙ САД IT-МИР (3-7 ЛЕТ)** | | | | | | |
| **Меню на 22.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180** | **180** | **7,21** | **6,97** | **32,50** | **221,58** | **273** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ)** | **200** | **3,00** | **2,50** | **12,50** | **84,50** | **514** |
| **БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10** | **30\10** | **4,93** | **11,43** | **15,42** | **184,27** | **4** |
| **Итого по подменю:** | **410** | **15,14** | **20,90** | **60,42** | **490,35** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 С ЧЕСНОКОМ** | **60** | **0,84** | **0,06** | **4,88** | **23,35** | **57** |
| **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ 200** | **200** | **8,17** | **2,38** | **12,87** | **105,57** | **156** |
| **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150** | **150** | **4,90** | **7,13** | **39,49** | **241,77** | **243** |
| **КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" 70 Г** | **70** | **10,63** | **3,71** | **6,76** | **102,90** | **347** |
| **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА** | **200** | **0,46** | **0,10** | **22,52** | **92,82** | **531** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **740** | **28,48** | **13,86** | **116,38** | **704,09** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **КЕФИР ПОРЦ.** | **200** | **5,00** | **5,00** | **8,00** | **97,00** | **535** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 50 ГР** | **50** | **1,00** | **1,00** | **22,50** | **103,00** | **607** |
| **Итого по подменю:** | **250** | **6,00** | **6,00** | **30,50** | **200,00** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ** | **200** | **10,61** | **9,64** | **37,52** | **279,24** | **301** |
| **ИКРА КАБАЧКОВАЯ 50 ГР** | **50** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **1** |
| **НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД** | **200** | **1,10** | **0,05** | **37,30** | **154,05** | **526** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ 35** | **35** | **1,65** | **0,25** | **17,43** | **78,51** | **115** |
| **Итого по подменю:** | **485** | **13,36** | **9,94** | **92,25** | **511,80** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1965*** | ***62,98*** | ***50,70*** | ***299,55*** | ***1906,24*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **ДЕТСКИЙ САД IT-МИР (3-7 ЛЕТ)** | | | | | | |
| **Меню на 25.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 180** | **180** | **4,88** | **6,02** | **24,22** | **170,58** | **266** |
| **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5** | **30\5** | **2,30** | **12,33** | **15,49** | **182,08** | **2** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ)** | **200** | **3,00** | **2,50** | **12,50** | **84,50** | **514** |
| **Итого по подменю:** | **410** | **10,18** | **20,85** | **52,21** | **437,16** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ** | **60** | **1,08** | **0,06** | **4,38** | **22,38** | **2** |
| **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 220 Г.** | **220** | **4,59** | **5,60** | **34,90** | **208,37** |  |
| **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 200\5** | **200\5** | **1,96** | **1,01** | **13,76** | **71,97** | **139** |
| **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ** | **200** | **1,30** | **0,08** | **24,45** | **103,68** | **403** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **ХЛЕБ ПОРЦИОН. 25 Г** | **25** | **2,00** | **0,25** | **12,43** | **59,95** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **745** | **12,81** | **7,28** | **109,84** | **556,07** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ** | **60** | **4,50** | **0,62** | **35,86** | **166,90** | **583** |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ** | **200** | **6,00** | **5,00** | **9,40** | **106,60** | **534** |
| **Итого по подменю:** | **260** | **10,50** | **5,62** | **45,26** | **273,50** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180 Г** | **180** | **15,99** | **24,17** | **3,41** | **283,01** | **307** |
| **ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК НА ПОДГАРНИРОВКУ 50** | **50** | **1,55** | **0,10** | **3,25** | **20,10** | **2** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ** | **200** | **0,00** | **0,00** | **9,36** | **37,44** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦИОН. 25 Г** | **25** | **2,00** | **0,25** | **12,43** | **59,95** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **455** | **19,54** | **24,52** | **28,45** | **400,50** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1950*** | ***53,03*** | ***58,27*** | ***235,76*** | ***1667,23*** |  |