|  |
| --- |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 12.11.2024 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*** |
| **САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 40** | **40** | **0,60** | **0,04** | **3,55** | **16,97** | **51** |
| **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:**  | **550** | **14,74** | **8,28** | **71,48** | **419,43** |  |
|  |
| ***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:***  | ***1605*** | ***45,23*** | ***41,62*** | ***171,76*** | ***1241,22*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 13.11.2024 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 СОЛЕНЫЙ 30** | **30** | **0,02** | **0,00** | **0,07** | **0,40** | **113** |
| **СУП ГОРОХОВЫЙ ЯСЛИ** | **150** | **3,43** | **2,44** | **12,33** | **85,04** | **149** |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120 ГР** | **120** | **2,65** | **4,80** | **17,41** | **123,40** | **434** |
| **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** | **17,54** | **11,65** | **64,81** | **434,27** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ** | **60** | **4,27** | **1,70** | **39,47** | **189,94** | **559** |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150** | **150** | **4,50** | **3,75** | **7,05** | **79,95** | **534** |
| **Итого по подменю:**  | **210** | **8,77** | **5,45** | **46,52** | **269,89** |  |
|  |
| ***УЖИН*** |
| **ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДК.** | **150/30** | **28,98** | **32,38** | **26,71** | **513,67** | **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** | **31,15** | **32,62** | **50,68** | **620,45** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1470*** | ***70,82*** | ***74,17*** | ***233,69*** | ***1884,79*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 14.11.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180** | **180** | **4,86** | **5,94** | **28,58** | **187,24** | **274** |
| **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** |
| **Итого по подменю:**  | **390** | **12,49** | **19,62** | **55,25** | **447,56** |  |
|  |
| ***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 ЯСЛИ** | **40** | **0,67** | **0,05** | **3,43** | **16,86** | **1** |
| **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** | **7,55** | **4,43** | **4,32** | **86,34** | **392** |
| **НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД ЯСЛИ** | **150** | **0,73** | **0,03** | **26,49** | **109,16** | **526** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.25 Г** | **25** | **1,18** | **0,18** | **12,45** | **56,08** | **115** |
| **Итого по подменю:**  | **565** | **13,85** | **7,97** | **70,49** | **408,10** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ** | **180** | **4,50** | **4,50** | **7,20** | **87,30** | **535** |
| **БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (2-Й ВАРИАНТ) 50** | **50** | **2,69** | **10,15** | **27,74** | **213,05** |  |
| **Итого по подменю:**  | **230** | **7,19** | **14,65** | **34,94** | **300,35** |  |
|  |
| ***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:***  | ***1665*** | ***48,98*** | ***50,92*** | ***204,35*** | ***1470,25*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 15.11.2024 года** |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** |
| **КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180** | **180** | **6,70** | **5,94** | **32,50** | **210,32** | **270** |
| **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** |
| **Итого по подменю:**  | **410** | **11,70** | **20,52** | **59,24** | **468,45** |  |
|  |
| ***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 С МОРКОВЬЮ 40** | **40** | **0,75** | **0,04** | **3,96** | **19,25** | **2** |
| **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** |  |
| **Итого по подменю:**  | **560** | **27,40** | **7,07** | **92,44** | **543,02** |  |
|  |
| ***ПОЛДНИК*** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 20 Г** | **20** | **0,56** | **0,46** | **7,20** | **35,18** | **607** |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 180** | **180** | **5,40** | **4,50** | **8,46** | **95,94** | **534** |
| **Итого по подменю:**  | **200** | **5,96** | **4,96** | **15,66** | **131,12** |  |
|  |
| ***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:***  | ***1660*** | ***64,70*** | ***41,60*** | ***230,24*** | ***1553,57*** |  |
|  |
| **ИП Бушуева Д.А.** |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** |
| **Меню на 18.11.2024 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** | **3,83** | **2,45** | **13,24** | **90,31** | **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** | **17,69** | **5,38** | **70,25** | **400,19** |  |
|  |
| ***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** |
| **КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70** | **70** | **11,72** | **3,18** | **7,96** | **106,86** | **351** |
| **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:**  | **330** | **16,36** | **8,55** | **48,68** | **336,60** |  |
|  |
| ***Итого по меню:***  | ***1510*** | ***55,38*** | ***38,34*** | ***214,84*** | ***1425,31*** |  |
|  |