|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** | | | | | | |
| **Меню на 19.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150** | **150** | **5,97** | **4,01** | **26,35** | **165,37** | **171** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150** | **150** | **2,24** | **1,87** | **9,36** | **63,22** | **514** |
| **БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5** | **30\5** | **2,30** | **12,33** | **15,49** | **182,08** | **2** |
| **Итого по подменю:** | **330** | **10,51** | **18,21** | **51,20** | **410,67** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 40** | **40** | **0,72** | **0,04** | **3,05** | **15,44** | **2** |
| **СВЕКОЛЬНИК ЯСЛИ** | **150** | **1,50** | **2,90** | **10,30** | **73,28** | **136** |
| **ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150** | **150** | **2,74** | **3,02** | **19,00** | **113,81** | **334** |
| **СОУС ТОМАТНЫЙ 30 ГР.** | **30** | **0,39** | **1,10** | **6,12** | **35,97** | **462** |
| **КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С АПЕЛЬСИНАМИ** | **200** | **0,48** | **0,20** | **19,36** | **81,16** | **529** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ ЯСЛИ** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ 35** | **35** | **1,65** | **0,25** | **17,43** | **78,51** | **115** |
| **Итого по подменю:** | **625** | **9,08** | **7,71** | **85,20** | **446,13** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ** | **180** | **4,50** | **4,50** | **7,20** | **87,30** | **535** |
| **ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ** | **60** | **3,73** | **1,64** | **35,89** | **172,94** | **559** |
| **Итого по подменю:** | **240** | **8,23** | **6,14** | **43,09** | **260,24** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150** | **150** | **12,79** | **20,65** | **2,95** | **239,25** | **307** |
| **ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 30 Г ЯСЛИ** | **30** | **0,43** | **0,06** | **2,80** | **13,42** | **82** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г** | **40** | **3,20** | **0,40** | **19,88** | **95,92** | **114** |
| **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ЯСЛИ** | **180** | **0,41** | **0,09** | **22,45** | **92,27** | **531** |
| **Итого по подменю:** | **400** | **16,83** | **21,20** | **48,08** | **440,86** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1675*** | ***44,65*** | ***53,26*** | ***227,57*** | ***1557,90*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** | | | | | | |
| **Меню на 20.11.2024 года** | | | | | | |
| **Наименование блюда** | **Выход** | **Б, г** | **Ж, г** | **У, г** | **К, ккал** | **№ рецепта** |
| ***ЗАВТРАК*** | | | | | | |
| **КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ ЯСЛИ** | **150** | **4,08** | **5,05** | **20,24** | **142,76** | **266** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150** | **150** | **2,24** | **1,87** | **9,36** | **63,22** | **514** |
| **БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10** | **30\10** | **4,93** | **11,43** | **15,42** | **184,27** | **4** |
| **Итого по подменю:** | **330** | **11,25** | **18,35** | **45,02** | **390,25** |  |
|  | | | | | | |
| ***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** |
| **СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 150** | **150** | **1,31** | **0,84** | **7,02** | **40,83** | **116** |
| **МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120** | **120** | **2,54** | **3,16** | **18,03** | **110,75** | **297** |
| **ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА** | **50** | **0,45** | **2,42** | **2,31** | **32,80** | **327** |
| **КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150** | **150** | **0,15** | **0,15** | **16,18** | **66,71** | **526** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ 35** | **35** | **1,65** | **0,25** | **17,43** | **78,51** | **115** |
| **Итого по подменю:** | **565** | **8,37** | **7,07** | **74,34** | **394,42** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ ЯСЛИ** | **180** | **5,40** | **4,50** | **8,46** | **95,94** | **534** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ** | **30** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **607** |
| **Итого по подменю:** | **210** | **5,40** | **4,50** | **8,46** | **95,94** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130 ГР** | **130** | **2,65** | **4,80** | **17,41** | **123,40** | **434** |
| **ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70\10** | **70\10** | **6,62** | **4,40** | **6,23** | **91,02** | **244** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ 150** | **150** | **0,00** | **0,00** | **6,47** | **25,90** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г** | **40** | **3,20** | **0,40** | **19,88** | **95,92** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **390** | **12,47** | **9,60** | **49,99** | **336,24** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1575*** | ***37,49*** | ***39,52*** | ***177,81*** | ***1216,85*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** | | | | | | |
| **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 180** | **180** | **3,10** | **2,25** | **18,55** | **106,85** | **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:** | **365** | **10,12** | **22,37** | **56,09** | **466,14** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ЯСЛИ** | **150** | **1,45** | **0,17** | **8,31** | **40,55** | **160** |
| **КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120 ГР** | **120** | **2,65** | **4,80** | **17,41** | **123,40** | **434** |
| **КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60** | **60** | **9,35** | **2,12** | **6,41** | **81,72** | **351** |
| **КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ** | **200** | **0,26** | **0,21** | **17,81** | **74,16** | **528** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ ЯСЛИ** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ 35** | **35** | **1,65** | **0,25** | **17,43** | **78,51** | **115** |
| **Итого по подменю:** | **615** | **16,98** | **7,75** | **77,38** | **446,70** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ** | **50** | **4,76** | **0,95** | **34,13** | **164,07** | **585** |
| **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150** | **150** | **0,94** | **0,05** | **17,76** | **75,27** |  |
| **Итого по подменю:** | **200** | **5,70** | **1,00** | **51,89** | **239,34** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ / ПОВИДЛО 180/20** | **180/20** | **28,18** | **29,97** | **49,93** | **580,51** | **199** |
| **КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ 180 ГР** | **180** | **0,02** | **0,02** | **10,72** | **43,10** | **516** |
| **БАТОН** | **30** | **2,25** | **8,70** | **15,42** | **148,98** | **117** |
| **Итого по подменю:** | **410** | **30,45** | **38,69** | **76,07** | **772,59** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1670*** | ***63,25*** | ***69,81*** | ***261,43*** | ***1924,77*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** | | | | | | |
| **Меню на 22.11.2024 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** |
| **КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150** | **150** | **6,01** | **5,77** | **27,05** | **184,16** | **273** |
| **КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ) ЯСЛИ** | **180** | **2,70** | **2,25** | **11,25** | **76,05** | **514** |
| **Итого по подменю:** | **360** | **13,64** | **19,45** | **53,72** | **444,48** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 ЯСЛИ** | **40** | **0,76** | **0,05** | **4,24** | **20,50** | **57** |
| **СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ЯСЛИ** | **150** | **6,80** | **2,76** | **12,03** | **100,18** | **156** |
| **КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫПЧАТАЯ 120 Г** | **120** | **3,59** | **4,86** | **28,95** | **173,90** | **243** |
| **КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" 60 Г** | **60** | **9,41** | **6,28** | **5,79** | **117,29** | **347** |
| **КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ЯСЛИ** | **150** | **0,35** | **0,08** | **18,68** | **76,79** | **531** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **540** | **22,51** | **14,23** | **79,63** | **536,62** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ** | **180** | **4,50** | **4,50** | **7,20** | **87,30** | **535** |
| **КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ 20 Г** | **20** | **0,56** | **0,46** | **7,20** | **35,18** | **607** |
| **Итого по подменю:** | **200** | **5,06** | **4,96** | **14,40** | **122,48** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150** | **150** | **5,95** | **5,22** | **28,14** | **183,29** | **301** |
| **ИКРА КАБАЧКОВАЯ 30 ГР** | **30** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **0,00** | **1** |
| **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:** | **355** | **7,86** | **5,43** | **67,08** | **348,53** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1535*** | ***49,07*** | ***44,07*** | ***214,83*** | ***1452,11*** |  |
|  | | | | | | |
| **ИП Бушуева Д.А.** | | | | | | |
| **МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)** | | | | | | |
| **Меню на 25.11.2024 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** |
| **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** |
| **Итого по подменю:** | **390** | **9,88** | **20,60** | **50,96** | **428,71** |  |
|  | | | | | | |
| ***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 40** | **40** | **0,72** | **0,04** | **3,05** | **15,44** | **2** |
| **РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ ЯСЛИ** | **150\5** | **1,50** | **0,93** | **10,35** | **55,83** | **139** |
| **ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180** | **180** | **3,76** | **4,58** | **28,55** | **170,45** |  |
| **КОМПОТ ИЗ КУРАГИ ЯСЛИ** | **150** | **0,94** | **0,05** | **17,76** | **75,27** |  |
| **ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.** | **40** | **1,88** | **0,28** | **19,92** | **89,72** |  |
| **Итого по подменю:** | **560** | **8,80** | **5,88** | **79,63** | **406,71** |  |
|  | | | | | | |
| ***ПОЛДНИК*** | | | | | | |
| **МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150** | **150** | **4,50** | **3,75** | **7,05** | **79,95** | **534** |
| **БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ** | **60** | **4,50** | **0,62** | **35,86** | **166,90** | **583** |
| **Итого по подменю:** | **210** | **9,00** | **4,37** | **42,91** | **246,85** |  |
|  | | | | | | |
| ***УЖИН*** | | | | | | |
| **ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180** | **180** | **12,45** | **19,18** | **2,83** | **224,35** | **307** |
| **ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК НА ПОДГАРНИРОВКУ 40** | **40** | **1,24** | **0,08** | **2,60** | **16,08** | **2** |
| **ЧАЙ С САХАРОМ ЯСЛИ** | **180** | **0,00** | **0,00** | **7,80** | **31,20** | **503** |
| **ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г** | **20** | **1,60** | **0,20** | **9,94** | **47,96** | **114** |
| **Итого по подменю:** | **420** | **15,29** | **19,46** | **23,17** | **319,59** |  |
|  | | | | | | |
| ***Итого по меню:*** | ***1660*** | ***42,97*** | ***50,31*** | ***196,67*** | ***1401,86*** |  |