



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 22.01.2025 года

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
ЗАВТРАК						
266	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ ЯСЛИ	150	4,08	5,05	20,24	142,76
514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150	150	2,24	1,87	9,36	63,22
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10	30\10	4,93	11,43	15,42	184,27
2-ОЙ ЗАВТРАК						
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	80				
ОБЕД						
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ ЯСЛИ	40	0,67	0,05	3,43	16,86
116	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 150	150	1,31	0,84	7,02	40,83
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120	120	2,54	3,16	18,03	110,75
327	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50	0,45	2,42	2,31	32,80
526	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	150	0,15	0,15	16,18	66,71
114	ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г	20	1,60	0,20	9,94	47,96
15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	35	1,65	0,25	17,43	78,51
ПОЛДНИК						
534	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ ЯСЛИ	180	5,40	4,50	8,46	95,94
607	кондитерские изделия	30				
УЖИН						
434	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130 ГР	130	2,65	4,80	17,41	123,40
244	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70\10	70\10	6,62	4,40	6,23	91,02
	ЧАЙ С САХАРОМ 150	150			6,47	25,90
114	ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г	40	3,20	0,40	19,88	95,92
Итого по меню:			37,49	39,52	177,81	1216,85

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 23.01.2025 года

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
------------	--------------------	-------	----------	---------	-----------	------------

ЗАВТРАК

	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	3,97	4,89	16,91	127,54
508	КАКАО С МОЛОКОМ 180	180	3,10	2,25	18,55	106,85
117	БАТОН ПОРЦ.	40	3,00	11,60	20,56	198,64
111	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,63	0,07	33,11

2-ОЙ ЗАВТРАК

	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	80				
--	---------------------	----	--	--	--	--

ОБЕД

	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30	30	0,02		0,07	0,40
23	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ ЯСЛИ	150	1,45	0,17	8,31	40,55
434	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120 ГР	120	2,65	4,80	17,41	123,40
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60	60	9,35	2,12	6,41	81,72
528	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,26	0,21	17,81	74,16
114	ХЛЕБ ПОРЦ ЯСЛИ	20	1,60	0,20	9,94	47,96
15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	35	1,65	0,25	17,43	78,51

ПОЛДНИК

585	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,76	0,95	34,13	164,07
516	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ 150	150	0,01	0,01	8,46	33,97

УЖИН


199	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ / ПОВИДЛО 180/20	180/20	28,18	29,97	49,93	580,51
117	БАТОН	30	2,25	8,70	15,42	148,98
	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180			10,53	42,12

Итого по меню:

62,30 69,75 251,94 1882,49

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

калькулятор


/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 24.01.2025 года

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "IT-МИР" (1-3 ГОДА)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
------------	--------------------	-------	----------	---------	-----------	------------

ЗАВТРАК

4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10	30\10	4,93	11,43	15,42	184,27
56	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	6,01	5,77	27,05	184,16
514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ) ЯСЛИ	180	2,70	2,25	11,25	76,05

2-ОЙ ЗАВТРАК

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	80
---------------------	----

ОБЕД

57	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ ЯСЛИ	40	0,76	0,05	4,24	20,50
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ЯСЛИ	150	6,80	2,76	12,03	100,18
243	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫПЧАТАЯ 120 Г	120	3,59	4,86	28,95	173,90
347	КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" 60 Г	60	9,41	6,28	5,79	117,29
531	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ЯСЛИ	150	0,35	0,08	18,68	76,79
114	ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г	20	1,60	0,20	9,94	47,96

ПОЛДНИК

	КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ	180	4,50	4,50	7,20	87,30
607	кондитерские изделия 20 г	20	0,56	0,46	7,20	35,18

УЖИН

301	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150	150	5,95	5,22	28,14	183,29
1	Икра кабачковая 30 гр	30				
526	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД ЯСЛИ	150	0,73	0,03	26,49	109,16
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.25 Г	25	1,18	0,18	12,45	56,08

Итого по меню:

49,07 44,07 214,83 1452,11

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 27.01.2025 года

МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)

№ тех.кар.	Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углев., г	Калор., кк
ЗАВТРАК						
514	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-й ВАРИАНТ) ЯСЛИ	180	2,70	2,25	11,25	76,05
266	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 180	180	4,88	6,02	24,22	170,58
2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	30\5	2,30	12,33	15,49	182,08
2-ОЙ ЗАВТРАК						
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	80				
ОБЕД						
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40	40	0,72	0,04	3,05	15,44
139	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ ЯСЛИ	150\5	1,50	0,93	10,35	55,83
328	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
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,72
ПОЛДНИК						
534	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150	150	4,50	3,75	7,05	79,95
583	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,50	0,62	35,86	166,90
УЖИН						
307	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180	180	12,45	19,18	2,83	224,35
	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК НА ПОДГАРНИРОВКУ 40	40	1,24	0,08	2,60	16,08
	ЧАЙ С САХАРОМ ЯСЛИ	180			7,80	31,20
114	ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г	20	1,60	0,20	9,94	47,96
Итого по меню:			42,97	50,31	196,67	1401,86

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /