



МЕНЮ

25 октября 2023 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	150	14,66	5,89	6,99	21,58	173,82
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	14,13	4,99	4,12	14,57	116,47
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	8,28	4,35	3,95	12,30	102,88
Итого		37,07	15,23	15,06	48,45	393,17
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	8,93	0,89	0,18	18,04	76,79
Итого		8,93	0,89	0,18	18,04	76,79
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	6,07	0,59	2,87	2,23	38,46
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М,К Б СО СМЕТАНОЙ	150	23,84	7,23	9,72	15,77	180,19
ГУЛЯШ	65	44,63	13,80	18,94	5,73	248,77
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	80	7,79	2,61	3,19	17,56	109,63
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,87	0,00	0,00	9,68	38,70
ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	40	1,92	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	2,59	3,64	0,48	23,31	112,18
Итого		88,69	30,83	35,44	93,75	819,82
Полдник						
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	170	2,63	0,00	0,00	11,58	46,33
ПРЯНИКИ	30	8,05	1,77	1,41	22,50	109,80
Итого		10,68	1,77	1,41	34,08	156,13
Ужин						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	16,90	8,08	3,68	15,18	126,43
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	3,29	0,14	0,02	10,15	44,00
ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ФОРМОВОЙ МУКИ ВЫСШИЙ СОРТ	20	0,96	1,48	0,12	9,74	45,94
Итого		21,14	9,70	3,82	35,07	216,37
Всего		166,52	58,42	55,91	229,39	1 662,28

Старшая медицинская сестра

Синаторова А.В.



МЕНЮ

25 октября 2023 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ "АРТЕКОВСКАЯ"	185	18,80	7,20	9,95	26,84	226,85
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	14,77	5,23	4,37	15,10	121,85
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	10,48	5,45	4,99	14,97	127,56
Итого		44,05	17,88	19,31	56,91	476,26
II Завтрак						
БИФИДОК	225	21,19	7,65	5,63	12,38	137,25
Итого		21,19	7,65	5,63	12,38	137,25
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	8,67	0,86	5,01	3,22	63,07
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА М,К Б СО СМЕТАНОЙ	180	32,13	9,83	11,91	19,23	224,70
ГУЛЯШ	80	59,06	17,88	25,28	6,68	325,92
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	11,71	3,49	5,95	22,80	159,17
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	2,42	0,00	0,00	10,65	42,57
ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШИЙ СОРТ	40	1,92	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	3,06	4,31	0,57	27,61	132,83
Итого		118,98	39,33	48,96	109,66	1 040,15
Полдник						
ПРЯНИКИ	30	8,05	1,77	1,41	22,50	109,80
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	220	3,46	0,00	0,00	15,25	60,99
Итого		11,51	1,77	1,41	37,75	170,79
Ужин						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	220	20,74	9,92	4,63	18,57	155,98
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	3,27	0,14	0,02	10,15	43,98
ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ФОРМОВОЙ МУКА	36	1,75	2,70	0,22	17,77	83,85
Итого		25,77	12,76	4,87	46,49	283,81
Всего		221,49	79,39	80,18	263,19	2 108,26

Старшая медицинская сестра

Синаторова А.В.