

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА

Меню приготавливаемых блюд

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Переславцева С.Л.)

23.07.2025

Категория: Ясли (аллергики)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		405.00	13.15	14.85	50.49	388.38
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.85	64.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,58	2,58	2	34,83
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,1	13,96	57,16
Итого за обед		630.00	18.27	19.35	61.90	501.93
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210.00	6.99	5.90	42.30	250.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,43	6,65	24,69	180,99
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		380.00	7.88	9.53	52.02	327.13
Итого за день		1778.00	47.04	49.78	221.56	1532.14
Среднее значение за период		1778.00	47.04	49.78	221.56	1532.14

ДЕТСКИЙ САД №42 г.КИРОВА

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Переславцева С.Л.)

23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		405.00	13.15	14.85	50.49	388.38
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		150.00	0.75	0.15	14.85	64.50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	50	0,58	2,58	2	34,83
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,1	13,96	57,16
Итого за обед		630.00	18.27	19.35	61.90	501.93
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210.00	6.99	5.90	42.30	250.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	5,43	6,65	24,69	180,99
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,16	36,78
Итого за ужин 1		380.00	7.88	9.53	52.02	327.13
Итого за день		1778.00	47.04	49.78	221.56	1532.14
Среднее значение за период		1778.00	47.04	49.78	221.56	1532.14

ДЕТСКИЙ САД №42 г.КИРОВА

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Переславцева С.Л.)

23.07.2025

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		485.00	15.53	16.91	61.88	466.90
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	160	0,8	0,16	15,84	68,8
Итого за завтрак 2		160.00	0.80	0.16	15.84	68.80
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	3,09	2,4	41,79
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		700.00	22.49	23.35	71.54	604.23
Полдник	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		230.00	7.57	6.40	44.50	265.80
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,27	7,68	28,5	208,85
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
Итого за ужин 1		450.00	9.60	11.98	63.23	401.71
Итого за день		2028.00	55.99	58.80	256.99	1807.44
Среднее значение за период		2028.00	55.99	58.80	256.99	1807.44