

**ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	13,17	12,67	19,41	256,82
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,08	0	25,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		352,00	17,04	16,40	38,52	386,86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		180,00	0,90	0,18	17,81	77,40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		610,00	14,49	17,03	71,11	452,26
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИК	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,41	0,18	23,07	119,95
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,66	10,97	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		400,00	15,98	26,83	35,83	441,33
Итого за день		1745,00	53,82	60,62	186,34	1477,80
Среднее значение за период		1745,00	53,82	60,62	186,34	1477,80

**ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Переславцева С.Л.)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,22
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		428,00	17,84	16,76	46,95	433,12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		750,00	18,24	22,64	87,78	579,19
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		250,00	6,04	0,20	47,69	222,44
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		450,00	20,36	34,89	42,17	552,68
Итого за день		2081,00	63,48	74,69	244,39	1873,43
Среднее значение за период		2081,00	63,48	74,69	244,39	1873,43

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Переславцева С.Л.)
12.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли (АЛЛЕРГИКИ)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.03.2025						
Завтрак 1	МАКРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	135	13,17	12,67	19,41	256,82
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,08	0	25,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		352.00	17.04	16.40	38.52	386.86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		180.00	0.90	0.18	17.81	77.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		610.00	14.49	17.03	71.11	452.26
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
	ПРЯНИК	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,66	10,97	83,7
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,39	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		400.00	15.98	26.83	35.83	441.33
Итого за день		1745.00	53.82	60.62	186.34	1477.80
Среднее значение за период		1745.00	53.82	60.62	186.34	1477.80