

ДЕТСКИЙ САД №42 г.КИРОВА

Заведующий УТВЕРЖДАЮ (Переславцева С.Л.)
14.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.04.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,24	7,82	18,75	166,79
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		365.00	7.89	13.27	45.63	319.75
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		200.00	0.90	0.50	19.70	90.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		570.00	29.25	30.22	75.66	695.62
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	50	3,29	2,86	19,14	115,71
Итого за полдник		230.00	8.68	3.04	26.33	171.46
Ужин 1	ГАРНИР ОВОЩНОЙ	110	2,99	2,8	10,45	85,12
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	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	7.42	5.89	37.19	249.00
Итого за день		1748.00	54.14	52.92	204.51	1525.83
Среднее значение за период		1748.00	54.14	52.92	204.51	1525.83

ДЕТСКИЙ САД №42 г.КИРОВА

Заведующий УТВЕРЖДАЮ (Переславцева С.Л.)
14.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.04.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	155	5,41	8,08	19,38	172,35
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
	Итого за завтрак 1	400.00	8.75	13.74	52.67	354.01
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		200.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,4	6,19	87,5
	ПЛОВ С МЯСОМ	200	27.07	22,67	47,59	502,67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		710.00	36.59	39.17	95.67	884.74
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	60	3,95	3,43	22,97	138,85
Итого за полдник		260.00	9.94	3.63	30.96	200.79
Ужин 1	ГАРНИР ОВОЩНОЙ	130	3,54	3,32	12,35	100,6
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,52	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,04	0	10,17	40,87
	Итого за ужин 1	450.00	9.64	7.82	45.74	339.02
Итого за день		2123.00	66.32	64.96	254.64	1911.56
Среднее значение за период		2123.00	66.32	64.96	254.64	1911.56

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли (аллергики)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.04.2025						
Завтрак 1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,24	7,82	18,75	166,79
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
Итого за завтрак 1		365.00	7.89	13.27	45.63	319.75
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		200.00	0.90	0.50	19.70	90.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		570.00	29.25	30.22	75.66	695.62
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	50	3,29	2,86	19,14	115,71
Итого за полдник		230.00	8.68	3.04	26.33	171.46
Ужин 1	ГАРНИР ОВОЩНОЙ	110	2,99	2,8	10,45	85,12
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	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	7.42	5.89	37.19	249.00
Итого за день		1748.00	54.14	52.92	204.51	1525.83
Среднее значение за период		1748.00	54.14	52.92	204.51	1525.83