

ДЕТСКИЙ САД №42 г.КИРОВА

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Переславцева С.Л.)

28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		366,00	10,11	9,94	46,31	315,60
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 ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,59	3,02	11,23	82,8
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	160	10,39	18,65	22,4	300,03
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		630,00	16,07	25,17	65,78	553,74
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,42	8,38	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,06	4,42	24,26	158,52
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		360,00	10,43	10,43	29,35	270,82
Итого за день		1739,00	42,57	50,14	183,51	1376,08
Среднее значение за период		1739,00	42,57	50,14	183,51	1376,08

ДЕТСКИЙ САД №42 г.КИРОВА

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Переславцева С.Л.)

28.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		446.00	12.38	12.11	58.61	393.36
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 ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,3	2,69	9,98	73,6
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	200	12,98	23,3	28	375,04
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
Итого за обед		760.00	19.37	31.38	78.55	673.13
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		220.00	5.62	4.90	25.18	169.00
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
Итого за ужин 1		390.00	11.03	10.53	35.47	298.55
Итого за день		1999.00	49.30	59.10	215.62	1611.44
Среднее значение за период		1999.00	49.30	59.10	215.62	1611.44

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли (аллергики)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	РАССЫПЧАТАЯ					
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	1,39	1,79	0	21,91
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
Итого за завтрак 1		366.00	10.11	9.94	46.31	315.60
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 ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,59	3,02	11,23	82,8
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	160	10,39	18,65	22,4	300,03
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		630.00	16.07	25.17	65.78	553.74
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180				
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200.00	5.06	4.42	24.26	158.52
Ужин 1	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за ужин 1		360.00	10.43	10.43	29.35	270.82
Итого за день		1739.00	42.57	50.14	183.51	1376.08
Среднее значение за период		1739.00	42.57	50.14	183.51	1376.08