

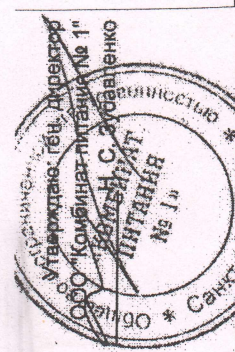
№ 1 МК
Салит-Петербург

Меню (если) на 08.2024

Согласовано:
Заведующий МДОАУ ВО
ФГБНУ ФНЦССБ
И.И. Фомин

Наименование блюда	блюда	Пищевое вещество (г)			энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	140	6,22	3,39	31,38	181,00
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
Итого за Завтрак 1	350	8,30	8,07	53,28	318,94
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Итого за Завтрак 2	150	0,88	0,13	16,50	75,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с яблоками	30	3,30	3,00	1,89	36,00
Суп картофельный с крупой	150	1,28	1,4	10,48	59,62
Биточки рубленые	50	5,58	4,21	5,60	82,50
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	520	17,24	12,85	79,02	488,73
Полдник					
Кофейный напиток с молоком	175	2,59	2,53	12,49	83,08
Печенье	25	1,88	2,95	18,73	108,95
Итого за Полдник	200	4,47	5,48	31,22	192,03
Ужин					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	170	14,28	13,25	21,34	255,94
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,87	15,42	78,51
Итого за Ужин	400	16,73	14,17	46,81	375,91
Итого за день	1 620	47,62	40,70	226,83	1 450,61

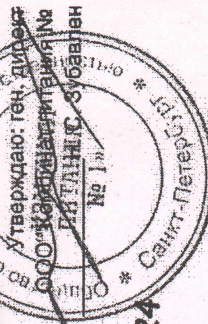
Завтрак 1					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	190	8,44	4,61	42,59	245,65
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
Итого за Завтрак 1	405	10,52	9,29	64,49	383,59
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Итого за Завтрак 2	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Обед					
Салат из белокачанной капусты с яблоками	50	5,50	5,00	3,15	60,00
Суп картофельный с крупой	200	1,71	1,86	13,97	79,49
Биточки рубленые	70	7,81	5,89	7,85	115,50
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,65	4,56	36,01	207,67
Компот из сушеных фруктов	180	0,38	0,02	24,67	100,38
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40
Итого за Обед	680	24,35	17,93	102,35	648,44
Полдник					
Кофейный напиток с молоком	200	2,97	2,89	14,27	94,95
Печенье	50	1,75	4,90	30,20	208,50
Итого за Полдник	250	4,72	7,79	44,47	303,45
Ужин					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	200	16,80	15,59	25,10	301,10
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	450	20,75	17,09	60,85	473,41



Меню на 19.11.2024г.

Согласовано:
 Заведующий МДОУ
 16.11.2024
 [Signature]

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша манная молочная	180	6,57	3,15	36,48	211,13
Чай с молоком	200	1,50	1,30	17,40	87,00
Итого за Завтрак 1	410	9,97	9,08	66,78	399,07
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Итого за Завтрак 2	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Обед					
Винегрет овощной	50	0,68	3,09	4,21	47,40
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,31	1,93	16,65	93,18
Плов из птицы	200	23,90	10,30	38,19	340,80
Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,41
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	670	30,14	16,05	91,08	629,11
Полдник					
Булочка "Творожная"	50	6,09	2,97	26,53	157,17
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
Итого за Полдник	250	11,92	9,40	34,57	270,57
Ужин					
Запеканка картофельная с мясом или печенью 160/40	200	10,74	8,25	29,68	311,25
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,10	1,22	21,41	109,17
Итого за Ужин	450	14,04	9,52	61,14	461,88
Итого за день	1 980	66,85	44,83	272,78	1 847,65
Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша манная молочная	140	5,11	2,45	28,38	164,21
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Итого за Завтрак 1	350	8,36	8,25	56,94	343,45
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Винегрет овощной	40	0,05	2,47	3,37	37,92
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,73	1,45	12,49	69,89
Плов из птицы	160	19,12	8,24	30,55	272,64
Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	60,85
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	530	23,39	12,73	70,66	492,54
Полдник					
Булочка "Творожная"	40	4,87	2,38	21,22	125,74
Кефир	160	4,68	5,16	6,45	91,00
Итого за Полдник	200	9,55	7,54	27,67	216,74
Ужин					
Запеканка картофельная с мясом или печенью 130/40	170	9,13	7,01	25,23	264,56
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	11,19	7,79	48,13	371,52
Итого за день	1 630	53,09	36,91	218,10	1 494,75



Меню (ясли) на 11.11.2024

Согласовано:
Заведующий МДОУ
А.А. Барменова 20.11

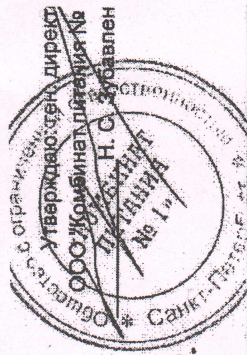
Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)
Завтрак 1					
Батон нарезной	20	1,48	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	140	6,19	4,20	27,36	172,09
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
Итого за Завтрак 1	350	10,46	7,49	46,99	297,24
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,93	2,07	6,57	48,60
Борщ с капустой и картофелем	150	1,24	2,44	8,02	59,02
Котлеты рубленые	50	7,28	9,24	4,73	131,17
Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,78	3,86	30,47	175,72
Кисель из концентрата плодово или ягодный	150	0,20	0,00	21,56	86,32
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	520	16,41	17,97	81,37	552,07
Полдник					
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Печенье	30	1,05	2,94	18,12	125,10
Итого за Полдник	210	2,40	4,11	33,78	203,40
Ужин					
Омлет с картофелем	170	10,61	14,09	17,81	240,65
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Итого за Ужин	400	12,67	14,87	40,71	347,61
Итого за день	1 630	42,54	45,04	217,55	1 470,82

Завтрак 1					
Батон нарезной	30	1,86	0,73	12,85	65,50
Сыр (порциями)	10	2,61	2,66	0,35	35,75
Каша овсяная молочная	180	7,96	5,40	35,18	221,27
Чай с сахаром	180	0,18	0,05	9,00	37,00
Итого за Завтрак 1	400	12,61	8,84	57,38	359,52
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Итого за Завтрак 2	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Обед					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	50	1,55	3,45	10,95	81,00
Борщ с капустой и картофелем	180	1,48	2,93	9,63	70,83
Котлеты рубленые	70	10,20	12,91	6,63	183,53
Макаронные изделия отварные с маслом	130	5,65	4,56	36,01	207,67
Кисель из концентрата плодово или ягодный	180	0,02	0,00	25,87	103,58
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	650	21,54	24,33	102,45	714,93
Полдник					
Чай с молоком	200	1,50	1,30	17,40	87,00
Печенье	50	1,75	4,90	30,20	208,50
Итого за Полдник	250	3,25	6,20	47,60	295,50
Ужин					
Омлет с картофелем	205	12,79	17,00	21,48	290,20
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	455	16,74	18,50	57,23	462,51



Согласовано:
 Заведующий МДОУ *В.В. Куртеева*
А.А. Куртеева
 Меню на 2024 г.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	170	6,94	2,95	35,40	193,34
Какао с молоком	200	3,82	4,02	16,80	118,73
Итого за Завтрак 1	400	12,66	11,60	65,10	413,01
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Итого за Завтрак 2	200	0,78	0,78	19,21	87,02
Обед					
Салат из белокачанной капусты	50	0,70	2,54	4,32	42,95
Рассольник Ленинградский	200	1,86	3,43	13,58	92,64
Птица тушеная	70	7,92	7,55	2,46	111,13
Рис отварной с овощами	130	3,21	4,77	32,17	184,50
Компот из сушеных фруктов	180	0,38	0,02	24,67	100,38
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	85,40
Итого за Обед	680	17,37	18,91	93,90	617,00
Полдник					
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
Булочка домашняя	50	3,77	8,04	30,53	209,57
Итого за Полдник	250	9,60	14,47	38,57	322,97
Ужин					
Биточки рыбные	70	8,15	4,27	6,59	97,48
Пюре из гороха	130	14,59	4,39	30,47	219,75
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	400	22,94	8,71	47,11	358,69
Итого за день	1 930	63,35	54,47	263,89	1 798,69
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша пшеничная молочная	130	5,31	2,26	28,52	155,65
Какао с молоком	190	3,63	3,82	15,96	112,80
Итого за Завтрак 1	350	10,84	10,71	57,38	369,39
Завтрак 2					
Фрукт свежий (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Салат из белокачанной капусты	40	0,56	2,03	3,46	34,36
Рассольник Ленинградский	150	1,39	2,57	10,19	69,48
Птица тушеная	50	5,66	5,39	1,76	79,34
Рис отварной с овощами	110	2,72	4,04	27,22	156,12
Компот из сушеных фруктов	150	0,32	0,02	20,56	83,65
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	540	13,29	14,53	76,55	491,27
Полдник					
Кефир	170	4,97	5,48	6,85	96,69
Булочка домашняя	30	2,26	4,82	18,31	125,74
Итого за Полдник	200	7,23	10,30	25,16	222,43
Ужин					
Биточки рыбные	50	5,82	3,05	4,71	69,63
Пюре из гороха	130	14,59	4,39	30,47	219,75
Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46
Хлеб пшеничный	40	2,48	0,97	17,13	87,33
Итого за Ужин	380	20,61	7,49	45,23	330,84
Итого за день	1 620	52,57	43,63	219,02	1 484,43



Меню на 22.11.2024г.

Согласованно:
 Заведующий МДОУ *160*
Тармашев А. А.

наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша "Дружба"	190	5,98	3,79	32,10	186,44
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Итого за Завтрак 1	400	9,23	9,59	60,66	365,68
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Итого за Завтрак 2	180	1,05	0,15	19,80	90,00
Обед					
Овощи натуральные соленые	50	0,40	0,05	0,85	6,50
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,57	3,28	7,56	66,03
Суфле из отварного мяса с рисом	80	17,45	17,14	3,80	239,26
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,68	5,38	34,68	217,87
Компот из свежих плодов	180	0,17	0,17	12,25	52,21
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	68,32
Итого за Обед	680	29,91	26,50	72,50	650,19
Полдник					
Кефир	200	5,83	6,43	8,04	113,40
Крендель сахарный	50	3,95	8,20	30,84	212,96
Итого за Полдник	250	9,78	14,63	38,88	326,36
Ужин					
Рагу из овощей	200	3,63	14,51	22,01	233,16
Кисель плодово - ягодный	200	0,02	0	28,74	115,09
Хлеб пшеничный	50	3,75	1,45	25,70	130,85
Итого за Ужин	450	7,40	15,96	76,45	479,10
Итого за день	1 960	57,37	66,83	268,29	1 911,33
Завтрак 1					
Батон нарезной	25	1,86	0,73	12,85	65,50
Масло (порциями)	5	0,04	3,9	0,05	35,44
Каша "Дружба"	140	4,40	2,79	23,65	137,38
Чай с молоком	180	1,35	1,17	15,66	78,30
Итого за Завтрак 1	350	7,65	8,59	52,21	316,62
Завтрак 2					
Соки, овощные, фруктовые, ягодные	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак 2	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Обед					
Овощи натуральные соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,90
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,18	2,46	5,67	49,53
Суфле из отварного мяса с рисом	50	10,87	11,16	2,53	154,00
Каша гречневая рассыпчатая	110	7,22	5,78	32,60	211,29
Компот из свежих плодов	150	0,14	0,14	10,35	43,17
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	51,24
Итого за Обед	520	21,63	19,93	61,68	513,13
Полдник					
Напиток из плодов шиповника	170	0,58	0,24	17,63	75,00
Крендель сахарный	30	2,37	4,92	18,50	127,78
Итого за Полдник	200	2,95	5,16	36,13	202,78
Ужин					
Рагу из овощей	190	3,45	13,78	20,90	221,50
Кисель плодово - ягодный	180	0,02	0	25,87	103,58
Хлеб пшеничный	30	1,86	0,73	12,85	65,50