

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор

/Векшина А.А./

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Заведующая

М.АДОУ  
"Детский сад № 370"  
г.Пермь  
Васильюк С.Ю./

Меню на 08.05.2024 года (День 5)

1-я ступень (ДО 3-Х ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК (День 5,)</b>															
229/21	КАША "ДРУЖБА"	140	1,92	3,62	4,48	19,21	131,67	0,07	0,12	0,91	27,12	87,25	96,41	21,07	0,39
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
75/21	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10		2,63	2,66		34,46		0,04	0,07	21,00	100,00	60,00	5,50	0,07
462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,35	3,14	2,58	13,53	89,90	0,04	0,14	1,17	18,00	111,09	95,41	21,95	0,60
<b>Итого по подменю:</b>			4,25	10,91	9,88	42,58	302,91	0,13	0,31	2,15	66,12	302,34	264,82	51,32	1,28

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 5,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,01	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
<b>Итого по подменю:</b>			1,01	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД (День 5,)

26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,25	0,43	1,83	2,53	28,31	0,01	0,01	2,88		10,66	12,42	6,34	0,40
116/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	0,65	1,09	3,15	6,49	58,67	0,05	0,03	12,51		12,51	29,33	12,23	0,44
433/21	СМЕТАНА (ПОРЦ)	10	0,04	0,26	1,50	0,36	15,98		0,01	0,04	10,00	8,80	6,10	0,90	0,02
334/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	2,05	18,75	18,15	20,54	320,15	0,19	0,23	23,26	20,00	21,74	233,95	45,79	3,42
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,13	0,17	0,74	1,34	12,69			0,54	4,00	0,67	1,98	0,76	0,04
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	1,47	0,51	0,21	14,73	62,85	0,01	0,05	150,00		9,23	2,55	2,55	0,47
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМ	10	0,49	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11


№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,59	2,72	0,52	15,92	79,24	0,07	0,03			18,80	62,80	19,60	1,56
<b>Итого по подменю:</b>			6,67	24,69	26,18	66,83	601,33	0,34	0,36	189,23	34,00	84,41	355,63	89,57	6,46

**ПОЛДНИК (День 5,)**

582/21	ПЕЧЕНЬЕ (ПОРЦ.)	30	2,09	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02			19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ (100)	100	0,48	2,90	2,50	4,80	53,30	0,04	0,15	1,30	20,00	120,00	90,00	14,00	0,10	
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	0,88	0,36	0,36	8,82	39,96	0,03	0,02	9,00		14,40	9,90	8,10	1,98	
<b>Итого по подменю:</b>			3,45	5,81	6,25	34,53	217,61	0,10	0,19	10,30	39,50	146,70	126,00	26,60	2,38	

**УЖИН (День 5,)**

124/13	ИКРА МОРКОВНАЯ	30	0,28	0,47	2,43	2,81	35,02	0,02	0,02	2,39		8,20	16,15	9,51	0,23
268/21	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	0,35	13,43	22,82	3,45	272,88	0,09	0,50	0,72	288,46	119,96	230,71	18,83	2,39
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,92	0,23	0,06	9,21	38,27			2,60		7,19	8,33	2,29	0,78
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	40	1,97	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44
<b>Итого по подменю:</b>			3,52	17,17	25,63	35,15	439,93	0,15	0,53	5,71	288,46	143,35	281,19	36,23	3,84

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./


"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор  /Векшина А.А./

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Заведующая 



Меню на 08.05.2024 года (День 5)

2-я ступень (3-7 ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe

**ЗАВТРАК (День 5,)**

229/21	КАША "ДРУЖБА"	170	2,33	4,40	5,44	23,33	159,83	0,08	0,14	1,10	32,90	105,93	117,05	25,58	0,47
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
75/21	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10		2,63	2,66		34,46		0,04	0,07	21,00	100,00	60,00	5,50	0,07
462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,50	3,48	2,86	15,02	99,77	0,04	0,16	1,30	20,00	123,37	105,72	24,20	0,66

Итого по подменю: 4,81 12,03 11,12 48,19 340,94 0,14 0,35 2,47 73,90 333,30 295,77 58,08 1,42

**2-ОЙ ЗАВТРАК (День 5,)**

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,01	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
--------	-----------------------------------	-----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	--	------	------	------	------

Итого по подменю: 1,01 0,50 0,10 10,10 43,30 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40

**ОБЕД (День 5,)**

26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,42	0,72	3,05	4,22	47,18	0,01	0,02	4,80		17,76	20,70	10,56	0,67
116/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	0,78	1,31	3,78	7,79	70,41	0,06	0,04	15,01		15,02	35,21	14,68	0,53
433/21	СМЕТАНА (ПОРЦ)	10	0,04	0,26	1,50	0,36	15,98		0,01	0,04	10,00	8,80	6,10	0,90	0,02
334/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	2,73	24,98	24,19	27,33	426,50	0,26	0,30	31,00	26,75	29,00	311,84	61,03	4,56
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,33	0,43	1,85	3,25	31,33	0,01	0,01	1,35	10,00	1,68	4,94	1,90	0,11
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	1,77	0,61	0,25	17,68	75,42	0,01	0,05	180,00		11,07	3,06	3,06	0,57
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,99	3,40	0,65	19,90	99,05	0,09	0,04			23,50	78,50	24,50	1,95

Итого по подменю: 9,04 33,23 35,43 90,37 812,75 0,46 0,48 232,20 46,75 110,83 473,35 119,43 8,63

**ПОЛДНИК (День 5,)**

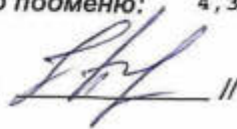
582/21	ПЕЧЕНЬЕ (ПОРЦ.)	30	2,09	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02		19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	0,96	5,80	5,00	9,60	106,60	0,08	0,30	2,60	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (180)	180	1,76	0,72	0,72	17,64	79,92	0,05	0,04	18,00		28,80	19,80	16,20	3,96

Итого по подменю: 4,81 9,07 9,11 48,15 310,87 0,16 0,36 20,60 59,50 281,10 225,90 48,70 4,46

**УЖИН (День 5,)**

124/13	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,46	0,79	4,05	4,63	58,14	0,03	0,03	3,99		13,67	26,94	15,86	0,38
268/21	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	0,41	16,12	27,39	4,14	327,55	0,11	0,60	0,86	346,13	144,01	276,92	22,60	2,87
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,02	0,26	0,06	10,23	42,52			2,88		7,98	9,25	2,54	0,87
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю: 4,35 20,97 31,90 43,60 545,41 0,20 0,65 7,73 346,13 175,66 345,61 48,00 4,67

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./