

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Директор  /Векшина А.А./

Заведующая  /Василюк С.Ю./



Меню на 17.04.2024 года (День 3)

1-я ступень (ДО 3-Х 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 3,)															
236/21	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	2,23	3,56	4,38	22,29	142,81	0,05	0,12	0,92	27,42	87,89	96,48	20,45	0,30
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
465/21	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,52	2,74	2,25	15,19	87,31	0,04	0,14	1,17	18,00	108,27	81,00	12,60	0,12
Итого по подменю:			4,73	10,45	9,45	47,32	311,46	0,11	0,31	2,16	66,42	300,16	250,48	41,35	0,71

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 3,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,01	0,50		10,10	42,40	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			1,01	0,50		10,10	42,40	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД (День 3,)

42/21	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,36	0,63	1,89	3,57	33,81	0,03	0,02	4,54		4,43	16,88	6,06	0,24
131/21	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	140	1,32	2,85	3,51	13,19	95,70	0,09	0,12	11,36	21,00	66,33	79,87	20,47	0,59
143/21	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 10ГР	10	0,05	0,08	0,01	0,49	2,34					0,20	0,65	0,14	0,01
339/21	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	0,86	9,06	9,01	8,59	151,47	0,04	0,08	0,14	2,20	18,65	91,93	11,71	1,20
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,88	6,37	4,70	28,78	182,93	0,22	0,11	3,62	16,80	11,07	151,15	100,60	3,38
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	1,26	0,38	0,17	12,60	54,97	0,02	0,01	20,53		14,72	9,86	6,34	0,72
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

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	
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	
<i>Итого по подменю:</i>				8,81	22,85	19,89	88,06	623,90	0,48	0,37	40,19	40,00	136,20	419,64	166,32	7,81

ПОЛДНИК (День 3,)

531/21	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	2,14	8,00	4,14	21,38	154,77	0,06	0,09	0,11	18,11	43,94	80,69	10,05	0,50	
470/21	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) (150)	150	1,83	3,90	3,75	18,30	122,55	0,05	0,20	2,40	30,00	163,50	127,50	19,50	0,15	
<i>Итого по подменю:</i>				3,97	11,90	7,89	39,68	277,32	0,11	0,29	2,51	48,11	207,44	208,19	29,55	0,65

УЖИН (День 3,)

175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	180	1,83	4,81	9,30	18,33	176,16	0,13	0,18	27,49	53,15	110,34	125,59	42,36	1,07	
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,90	0,18	0,05	9,01	37,20					4,59	6,90	1,51	0,74	
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	
<i>Итого по подменю:</i>				4,70	8,03	9,67	47,02	307,12	0,17	0,19	27,49	53,15	122,93	153,49	49,47	2,25

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Директор  /Векшина А.А./

Заведующая  /Василюк С.Ю./



Меню на 17.04.2024 года (День 3)

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
ЗАВТРАК (День 3,)															
236/21	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	2,23	3,56	4,38	22,29	142,81	0,05	0,12	0,92	27,42	87,89	96,48	20,45	0,30
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
465/21	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,52	2,74	2,25	15,19	87,31	0,04	0,14	1,17	18,00	108,27	81,00	12,60	0,12
Итого по подменю:			4,73	10,45	9,45	47,32	311,46	0,11	0,31	2,16	66,42	300,16	250,48	41,35	0,71

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 3,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,01	0,50		10,10	42,40	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			1,01	0,50		10,10	42,40	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД (День 3,)

42/21	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	30	0,36	0,63	1,89	3,57	33,81	0,03	0,02	4,54		4,43	16,88	6,06	0,24
131/21	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	140	1,32	2,85	3,51	13,19	95,70	0,09	0,12	11,36	21,00	66,33	79,87	20,47	0,59
143/21	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 10ГР	10	0,05	0,08	0,01	0,49	2,34					0,20	0,65	0,14	0,01
339/21	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	0,86	9,06	9,01	8,59	151,47	0,04	0,08	0,14	2,20	18,65	91,93	11,71	1,20
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,88	6,37	4,70	28,78	182,93	0,22	0,11	3,62	16,80	11,07	151,15	100,60	3,38
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	1,26	0,38	0,17	12,60	54,97	0,02	0,01	20,53		14,72	9,86	6,34	0,72
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


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	
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	
<i>Итого по подменю:</i>				8,81	22,85	19,89	88,06	623,90	0,48	0,37	40,19	40,00	136,20	419,64	166,32	7,81

ПОЛДНИК (День 3,)

531/21	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	2,14	8,00	4,14	21,38	154,77	0,06	0,09	0,11	18,11	43,94	80,69	10,05	0,50	
470/21	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ) (150)	150	1,83	3,90	3,75	18,30	122,55	0,05	0,20	2,40	30,00	163,50	127,50	19,50	0,15	
<i>Итого по подменю:</i>				3,97	11,90	7,89	39,68	277,32	0,11	0,29	2,51	48,11	207,44	208,19	29,55	0,65

УЖИН (День 3,)

175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	180	1,83	4,81	9,30	18,33	176,16	0,13	0,18	27,49	53,15	110,34	125,59	42,36	1,07	
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,90	0,18	0,05	9,01	37,20					4,59	6,90	1,51	0,74	
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	
<i>Итого по подменю:</i>				4,70	8,03	9,67	47,02	307,12	0,17	0,19	27,49	53,15	122,93	153,49	49,47	2,25

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./