



"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ
"Детский сад № 370"
Заведующий
Дерюгина

ДЕТСКИЙ САД № 370

/Василюк С.Ю./

М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/ВЕКШИНА А.А./

М.П.

ООО "ТРИУМФ"

День 5		ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО 1-Я СТУПЕНЬ (ДО 3-Х ЛЕТ)													19 июля 2024 г.	
N реп.	Наименование блюда	Выход	Пшениые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
229/21	КАША "ДРУЖБА"	140	3,50	4,50	18,80	130,00	0,07	0,12	0,91	27,09	87,24	96,40	21,07	0,39		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,52	0,16	9,87	46,80	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22		
75/21	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	35,80	0,00	0,04	0,07	23,00	90,00	59,00	5,00	0,09		
462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,97	2,61	12,42	84,60	0,04	0,14	1,17	18,00	111,04	95,15	21,78	0,59		
	<i>Итого:</i>	<i>350</i>	<i>10,31</i>	<i>10,22</i>	<i>41,09</i>	<i>297,20</i>	<i>0,13</i>	<i>0,31</i>	<i>2,15</i>	<i>68,09</i>	<i>292,28</i>	<i>263,55</i>	<i>50,65</i>	<i>1,29</i>		
2-ОЙ ЗАВТРАК																
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40		
	<i>Итого:</i>	<i>100</i>	<i>0,50</i>	<i>0,10</i>	<i>10,10</i>	<i>43,00</i>	<i>0,01</i>	<i>0,01</i>	<i>2,00</i>	<i>0,00</i>	<i>7,00</i>	<i>7,00</i>	<i>4,00</i>	<i>1,40</i>		
ОБЕД																
26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,40	1,83	2,28	27,30	0,01	0,01	2,88	0,00	10,66	12,42	6,34	0,40		
116/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1,20	2,70	3,80	44,40	0,05	0,03	12,51	0,00	12,52	29,34	12,24	0,44		
433/21	СМЕТАНА (ПОРЦ)	10	0,23	1,50	0,32	15,75	0,00	0,01	0,03	15,00	8,60	6,00	0,80	0,02		
334/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	17,10	11,77	12,75	225,00	0,20	0,25	23,25	20,06	22,59	244,05	48,31	3,59		
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,19	0,65	0,92	10,40	0,01	0,01	1,35	4,00	1,03	3,20	1,66	0,08		
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,51	0,21	13,70	58,50	0,01	0,05	150,00	0,00	9,23	2,55	2,55	0,47		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМ	10	0,76	0,08	4,92	23,40	0,01	0,00	0,00	0,00	2,00	6,50	1,40	0,11		
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,20	0,60	16,00	82,40	0,04	0,01	0,00	0,00	9,20	42,40	10,00	1,24		
	<i>Итого:</i>	<i>560</i>	<i>23,59</i>	<i>19,34</i>	<i>54,69</i>	<i>487,15</i>	<i>0,33</i>	<i>0,37</i>	<i>190,02</i>	<i>39,06</i>	<i>75,83</i>	<i>346,46</i>	<i>83,30</i>	<i>6,35</i>		
ПОЛДНИК																
582/21	ПЕЧЕНЬЕ (ПОРЦ.)	30	2,25	2,94	22,30	124,50	0,03	0,02	0,00	19,50	12,30	26,10	4,50	0,30		
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	100	2,90	2,65	4,55	53,50	0,04	0,15	1,30	20,00	120,00	90,00	14,00	0,10		
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	0,36	0,36	8,82	39,60	0,03	0,02	9,00	0,00	14,40	9,90	8,10	1,98		
	<i>Итого:</i>	<i>220</i>	<i>5,51</i>	<i>5,95</i>	<i>35,67</i>	<i>217,60</i>	<i>0,10</i>	<i>0,19</i>	<i>10,30</i>	<i>39,50</i>	<i>146,70</i>	<i>126,00</i>	<i>26,60</i>	<i>2,38</i>		
УЖИН																
21/21	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,35	1,80	3,36	31,20	0,01	0,02	1,02	0,00	7,26	13,75	9,14	0,16		
268/21	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,90	19,60	3,20	240,00	0,09	0,50	0,72	288,44	120,01	230,76	18,84	2,39		
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,27	0,09	8,55	36,00	0,00	0,00	2,59	0,00	2,92	1,46	0,81	0,07		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	40	3,04	0,32	19,68	93,60	0,04	0,01	0,00	0,00	8,00	26,00	5,60	0,44		
	<i>Итого:</i>	<i>400</i>	<i>16,56</i>	<i>21,81</i>	<i>34,79</i>	<i>400,80</i>	<i>0,14</i>	<i>0,53</i>	<i>4,33</i>	<i>288,44</i>	<i>138,19</i>	<i>271,97</i>	<i>34,39</i>	<i>3,06</i>		

Зав.производ. _____

Калькулятор _____



"СОГЛАСОВАНО"

М.П. Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 370

/Василюк С.Ю./

М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/ВЕКШИНА А.А./

М.П.

"Триумф"

День 8		ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО 2-Я СТУПЕНЬ (3-7 ЛЕТ)											19 июля 2024 г.	
№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
229/21	КАША "ДРУЖБА"	170	4,30	5,47	22,80	158,00	0,08	0,14	1,10	32,90	105,93	117,05	25,58	0,47
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,52	0,16	9,87	46,80	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
75/21	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	35,80	0,00	0,04	0,07	23,00	90,00	59,00	5,00	0,09
462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,30	2,90	13,80	94,00	0,04	0,16	1,30	20,00	123,37	105,72	24,20	0,66
	<i>Итого:</i>	<i>400</i>	<i>11,44</i>	<i>11,48</i>	<i>46,47</i>	<i>334,60</i>	<i>0,14</i>	<i>0,35</i>	<i>2,47</i>	<i>75,90</i>	<i>323,30</i>	<i>294,77</i>	<i>57,58</i>	<i>1,44</i>
2-ОЙ ЗАВТРАК														
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,50	0,10	10,10	43,00	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40
	<i>Итого:</i>	<i>100</i>	<i>0,50</i>	<i>0,10</i>	<i>10,10</i>	<i>43,00</i>	<i>0,01</i>	<i>0,01</i>	<i>2,00</i>	<i>0,00</i>	<i>7,00</i>	<i>7,00</i>	<i>4,00</i>	<i>1,40</i>
ОБЕД														
26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,70	3,05	3,80	45,50	0,01	0,02	4,80	0,00	17,76	20,70	10,56	0,67
116/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	1,44	3,30	4,50	53,20	0,06	0,04	15,01	0,00	15,02	35,21	14,68	0,53
433/21	СМЕТАНА (ПОРЦ)	10	0,23	1,50	0,32	15,75	0,00	0,01	0,03	15,00	8,60	6,00	0,80	0,92
334/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	22,80	15,70	17,00	300,00	0,27	0,34	31,00	26,75	30,13	325,40	64,42	4,79
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,50	1,64	2,30	26,00	0,02	0,02	3,38	10,00	2,58	8,00	4,15	0,21
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,24	16,50	70,20	0,01	0,05	180,00	0,00	11,07	3,06	3,06	0,57
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,52	0,16	9,87	46,80	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4,00	0,70	20,00	103,00	0,06	0,02	0,00	0,00	11,50	53,00	12,50	1,55
	<i>Итого:</i>	<i>740</i>	<i>31,80</i>	<i>26,29</i>	<i>74,29</i>	<i>660,45</i>	<i>0,45</i>	<i>0,51</i>	<i>234,22</i>	<i>51,75</i>	<i>100,66</i>	<i>464,37</i>	<i>112,97</i>	<i>8,56</i>
ПОЛДНИК														
582/21	ПЕЧЕНЬЕ (ПОРЦ)	30	2,25	2,94	22,30	124,50	0,03	0,02	0,00	19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	200	5,80	5,30	9,10	107,00	0,08	0,30	2,60	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	180	0,72	0,72	17,64	79,92	0,05	0,04	18,00	0,00	28,80	19,80	16,20	3,96
	<i>Итого:</i>	<i>410</i>	<i>8,77</i>	<i>8,96</i>	<i>49,04</i>	<i>311,42</i>	<i>0,16</i>	<i>0,36</i>	<i>20,60</i>	<i>59,50</i>	<i>281,10</i>	<i>225,90</i>	<i>48,70</i>	<i>4,46</i>
УЖИН														
21/21	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,60	3,00	5,60	52,00	0,02	0,03	1,70	0,00	12,11	22,91	15,23	0,27
268/21	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	15,50	23,53	3,87	288,00	0,11	0,60	0,86	346,13	144,01	276,92	22,60	2,87
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	9,50	40,00	0,00	0,00	2,88	0,00	3,24	1,62	0,89	0,08
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	3,80	0,40	24,60	117,00	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55
	<i>Итого:</i>	<i>480</i>	<i>20,20</i>	<i>27,03</i>	<i>43,57</i>	<i>497,00</i>	<i>0,19</i>	<i>0,65</i>	<i>5,44</i>	<i>346,13</i>	<i>169,36</i>	<i>333,95</i>	<i>45,72</i>	<i>3,77</i>

Зав.производ. _____

Калькулятор _____