

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор Векшина А.А.

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Заведующая Васильюк С.Ю.



1-я ступень (ДО 3-Х ЛЕТ)

Меню на 21.05.2024 года (День 2)

№ 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 2,)															
232/21	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	2,53	5,01	4,43	25,32	161,20	0,11	0,13	0,89	26,88	93,89	137,90	25,96	1,37
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
79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,01	0,08	7,25	0,13	66,09		0,01		40,00	2,40	3,00		0,02
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
Итого по подменю:			4,87	9,75	14,42	48,82	364,07	0,17	0,29	2,06	84,88	211,38	249,31	50,71	2,21

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 2,)

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 2,)

9/21	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	30	0,25	0,48	1,83	2,47	28,26	0,01	0,01	7,59		12,64	9,31	4,31	0,17
113/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	1,27	3,70	2,61	12,65	88,85	0,16	0,06	8,50	12,40	18,36	55,32	21,75	1,25
355/21	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	2,65	27,20	11,37	26,52	317,18	0,44	2,98	46,09	****, **	27,70	488,29	40,19	9,87
403/21	СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1-Й ВАРИАНТ)	1000	9,36	34,80	61,90	93,58	1070,62	0,49	1,58	13,00	400,00	***, **	958,00	148,00	1,73
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150	1,14	0,24	0,16	11,43	48,11	0,02	0,01	8,01		10,45	6,44	4,62	0,90
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
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
Итого по подменю:			16,75	69,90	78,47	167,49	1655,70	1,20	4,67	83,19	****, **	***, **	1586,66	239,87	15,59

№ 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

ПОЛДНИК (День 2,)

581/21	ПРЯНИК	30	2,25	1,77	1,41	22,50	109,77	0,02	0,01			3,30	15,00	2,70	0,24
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

Итого по подменю: 3,61 5,03 4,27 36,12 203,03 0,09 0,18 10,30 20,00 137,70 114,90 24,80 2,32

УЖИН (День 2,)

376/21	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180	1,68	17,08	10,04	16,76	225,71	0,18	0,13	19,03		22,89	213,32	101,92	2,20
461/21	ЧАЙ КАРКАДЕ (180)	180	1,36	0,01	0,01	13,57	54,39			0,11	0,13	2,34	0,33	0,46	0,05
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

Итого по подменю: 5,01 20,13 10,37 50,01 373,86 0,22 0,14 19,14 0,13 33,23 239,65 107,98 2,69

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370



Директор Векшина А.А.

Заведующая _____

Меню на 21.05.2024 года (День 2)

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 2,)															
232/21	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	3,07	6,08	5,37	30,70	195,48	0,13	0,16	1,08	32,60	113,92	167,26	31,48	1,66
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
79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,01	0,08	7,25	0,13	66,09		0,01		40,00	2,40	3,00		0,02
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:			5,56	11,16	15,64	55,69	408,22	0,19	0,34	2,38	92,60	243,69	288,98	58,48	2,56

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 2,)

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 2,)

9/21	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (50)	50	0,41	0,80	3,05	4,12	47,10	0,01	0,01	12,65		21,07	15,52	7,18	0,29
113/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	1,52	4,44	3,11	15,18	106,51	0,19	0,07	10,20	14,80	22,04	66,40	26,11	1,50
356/21	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ	100	0,81	23,01	13,36	8,06	244,49	0,38	2,76	41,33	****, **	29,27	405,96	24,46	8,68
377/21	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	1,82	2,72	5,19	18,18	130,26	0,14	0,11	21,31	27,50	35,35	80,39	26,95	0,98
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	1,37	0,29	0,19	13,71	57,74	0,02	0,01	9,63		12,56	7,73	5,55	1,08
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
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:			8,90	36,18	25,71	88,99	732,03	0,85	3,01	95,12	****, **	147,79	667,50	117,55	14,70

№ 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

ПОЛДНИК (День 2,)

581/21	ПРЯНИК	30	2,25	1,77	1,41	22,50	109,77	0,02	0,01			3,30	15,00	2,70	0,24
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: 4,97 8,29 7,13 49,74 296,29 0,15 0,35 20,60 40,00 272,10 214,80 46,90 4,40

УЖИН (День 2,)

376/21	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	1,86	18,97	11,16	18,58	250,61	0,20	0,15	21,15		25,42	236,97	113,23	2,44
461/21	ЧАЙ КАРКАДЕ	200	1,51	0,01	0,01	15,08	60,43			0,12	0,14	2,60	0,37	0,51	0,06
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: 5,83 22,78 11,57 58,26 428,24 0,26 0,17 21,27 0,14 38,02 269,84 120,74 3,05

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./