

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор  /Векшина А.А./

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Заведующая  /Василиук С.Ю./



1-я ступень (ДО 3-Х ЛЕТ)

Меню на 24.04.2024 года (День 8)

**ЗАВТРАК (День 8,)**

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
234/21	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	140	2,02	4,94	5,71	20,18	151,85	0,13	0,15	1,05	29,30	108,41	142,32	38,36	0,85
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
<b>Итого по подменю:</b>			4,36	9,68	15,70	43,68	354,72	0,19	0,31	2,22	87,30	225,90	253,73	63,11	1,69

**2-ОЙ ЗАВТРАК (День 8,)**

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
<b>Итого по подменю:</b>			1,01	0,50		10,10	42,40	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

**ОБЕД (День 8,)**

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
100/21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,00	1,33	3,23	9,95	74,17	0,06	0,04	9,73		9,28	41,22	14,61	0,55
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
368/21	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	0,23	7,20	8,30	2,25	112,53	0,04	0,10	0,27	39,81	33,09	90,91	31,01	0,70
175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (110)	110	1,12	2,94	5,65	11,22	107,45	0,08	0,11	16,81	32,30	67,42	76,76	25,90	0,65
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


№ 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	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>			5,98	16,02	21,28	59,75	496,09	0,29	0,31	50,26	82,11	164,77	306,57	106,10	4,71

**ПОЛДНИК (День 8,)**

535/21	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА	50	1,93	3,70	4,14	19,28	129,16	0,06	0,05	11,47	27,41	20,49	41,47	8,87	0,59
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	0,72	4,35	3,75	7,20	79,95	0,06	0,23	1,95	30,00	180,00	135,00	21,00	0,15
<i>Итого по подменю:</i>			2,65	8,05	7,89	26,48	209,11	0,12	0,28	13,42	57,41	200,49	176,47	29,87	0,74

**УЖИН (День 8,)**

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
<i>Итого по подменю:</i>			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  /Василиук С.Ю./

1-я ступень (ДО 3-Х ЛЕТ)

Меню на 24.04.2024 года (День 8)

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 8,)</b>															
234/21	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	140	2,02	4,94	5,71	20,18	151,85	0,13	0,15	1,05	29,30	108,41	142,32	38,36	0,85
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
<b>Итого по подменю:</b>			4,36	9,68	15,70	43,68	354,72	0,19	0,31	2,22	87,30	225,90	253,73	63,11	1,69

**2-ОЙ ЗАВТРАК (День 8,)**

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
<b>Итого по подменю:</b>			1,01	0,50		10,10	42,40	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

**ОБЕД (День 8,)**

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
100/21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,00	1,33	3,23	9,95	74,17	0,06	0,04	9,73		9,28	41,22	14,61	0,55
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
368/21	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	0,23	7,20	8,30	2,25	112,53	0,04	0,10	0,27	39,81	33,09	90,91	31,01	0,70
175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (110)	110	1,12	2,94	5,65	11,22	107,45	0,08	0,11	16,81	32,30	67,42	76,76	25,90	0,65
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


№ 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	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>			5,98	16,02	21,28	59,75	496,09	0,29	0,31	50,26	82,11	164,77	306,57	106,10	4,71

**ПОЛДНИК (День 8,)**

535/21	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА	50	1,93	3,70	4,14	19,28	129,16	0,06	0,05	11,47	27,41	20,49	41,47	8,87	0,59
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	0,72	4,35	3,75	7,20	79,95	0,06	0,23	1,95	30,00	180,00	135,00	21,00	0,15
<i>Итого по подменю:</i>			2,65	8,05	7,89	26,48	209,11	0,12	0,28	13,42	57,41	200,49	176,47	29,87	0,74

**УЖИН (День 8,)**

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
<i>Итого по подменю:</i>			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./