



СОГЛАСОВАНО

Заведующая ДЕТСКИЙ САД № 370

/Василук С.Ю./  
М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/ВЕКШИНА А.А./

М.П. «Триумф»

День 8		ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО 1-Я СТУПЕНЬ (ДО 3-Х ЛЕТ)												24 июля 2024 г.	
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	Ca, мкг	Ca	P	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
234/21	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	140	4,80	5,70	20,00	151,30	0,13	0,15	1,05	29,29	108,46	142,36	38,37	0,85	
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	
79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	66,10	0,00	0,01	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02	
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>9,37</i>	<i>15,72</i>	<i>42,42</i>	<i>348,80</i>	<i>0,19</i>	<i>0,31</i>	<i>2,22</i>	<i>87,29</i>	<i>225,90</i>	<i>253,51</i>	<i>62,95</i>	<i>1,68</i>	
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>															
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>	
<b>ОБЕД</b>															
14/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,29	1,83	0,54	19,20	0,01	0,01	2,00	0,00	4,85	8,59	3,99	0,14	
100/21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,60	3,06	8,00	65,70	0,07	0,04	9,73	0,00	9,52	45,61	16,08	0,58	
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	
368/21	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	6,40	6,30	2,20	91,80	0,03	0,09	0,59	57,70	13,31	72,31	7,20	0,74	
175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,80	5,20	7,80	89,20	0,06	0,05	16,34	14,08	23,99	41,78	20,50	0,58	
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	0,37	0,15	11,70	50,25	0,02	0,01	20,52	0,00	14,71	9,85	6,34	0,72	
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>550</i>	<i>15,56</i>	<i>18,72</i>	<i>51,48</i>	<i>437,70</i>	<i>0,24</i>	<i>0,22</i>	<i>49,21</i>	<i>86,78</i>	<i>86,18</i>	<i>233,04</i>	<i>66,31</i>	<i>4,13</i>	
<b>ПОЛДНИК</b>															
535/21	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОВНОГО ТЕСТА	50	3,04	1,42	18,20	98,00	0,06	0,05	11,60	27,49	20,58	41,57	8,92	0,59	
469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,35	4,00	6,80	80,20	0,06	0,23	1,95	30,00	180,00	135,00	21,00	0,15	
	<i>Итого:</i>	<i>200</i>	<i>7,39</i>	<i>5,42</i>	<i>25,00</i>	<i>178,20</i>	<i>0,12</i>	<i>0,28</i>	<i>13,55</i>	<i>57,49</i>	<i>200,58</i>	<i>176,57</i>	<i>29,92</i>	<i>0,74</i>	
<b>УЖИН</b>															
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"**  
 Заведующая Детским садом № 370  
 г. Пермь  
 М.П. Васильев С.Ю./

**"УТВЕРЖДАЮ"**  
 ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"  
 ВЕКШИНА А.А.  
 М.П. «Триумф»

День 8		ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО 2-Я СТУПЕНЬ (3-7 ЛЕТ)													24 июля 2024 г.	
№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
234/21	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	170	5,90	7,00	24,10	183,70	0,15	0,18	1,27	35,56	131,70	172,86	46,59	1,04		
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		
79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,08	7,25	0,13	66,10	0,00	0,01	0,00	40,00	2,40	3,00	0,00	0,02		
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		
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>10,80</b>	<b>17,31</b>	<b>47,90</b>	<b>390,60</b>	<b>0,21</b>	<b>0,36</b>	<b>2,57</b>	<b>95,56</b>	<b>261,47</b>	<b>294,58</b>	<b>73,59</b>	<b>1,94</b>		
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>																
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		
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>	<b>43,00</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	<b>2,00</b>	<b>0,00</b>	<b>7,00</b>	<b>7,00</b>	<b>4,00</b>	<b>1,40</b>		
<b>ОБЕД</b>																
148/21	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	0,05	0,03	16,00	0,00	15,50	28,00	17,00	0,70		
100/21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,89	3,60	9,50	78,80	0,08	0,05	11,68	0,00	11,42	54,74	19,29	0,69		
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		
368/21	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,00	9,00	3,00	128,60	0,05	0,13	0,82	80,78	18,64	101,23	10,08	1,04		
175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,20	6,10	9,20	105,50	0,07	0,06	19,31	16,64	28,36	49,38	24,23	0,68		
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	0,45	0,18	14,04	60,30	0,02	0,02	24,62	0,00	17,65	11,82	7,60	0,86		
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		
	<b>Итого:</b>	<b>690</b>	<b>20,64</b>	<b>21,29</b>	<b>66,88</b>	<b>544,25</b>	<b>0,35</b>	<b>0,33</b>	<b>72,46</b>	<b>112,42</b>	<b>115,67</b>	<b>317,17</b>	<b>94,30</b>	<b>5,76</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>																
535/21	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ СДОБНОГО ТЕСТА	50	3,04	1,42	18,20	98,00	0,06	0,05	11,60	27,49	20,58	41,57	8,92	0,59		
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		
	<b>Итого:</b>	<b>250</b>	<b>8,84</b>	<b>6,72</b>	<b>27,30</b>	<b>205,00</b>	<b>0,14</b>	<b>0,35</b>	<b>14,20</b>	<b>67,49</b>	<b>260,58</b>	<b>221,57</b>	<b>36,92</b>	<b>0,79</b>		
<b>УЖИН</b>																
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	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	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		
	<b>Итого:</b>	<b>450</b>	<b>17,60</b>	<b>23,10</b>	<b>42,90</b>	<b>449,00</b>	<b>0,17</b>	<b>0,55</b>	<b>5,30</b>	<b>288,44</b>	<b>145,36</b>	<b>287,79</b>	<b>41,96</b>	<b>3,29</b>		

Зав.производ. \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_