

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор Векшина А.А.



"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Заведующая Василюк С.Ю.



Меню на 26.04.2024 года (День 10)

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
<b>ЗАВТРАК (День 10, )</b>															
139/21	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМ	140	1,40	4,10	4,63	14,03	114,15	0,06	0,16	1,27	30,80	120,44	98,78	15,51	0,29
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
460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,12	1,48	1,17	11,17	61,19	0,02	0,07	0,59	9,00	58,59	47,40	7,81	0,79
<b>Итого по подменю:</b>			3,51	7,18	13,21	35,17	288,31	0,10	0,25	1,86	79,80	185,43	162,18	26,12	1,32

**2-ОЙ ЗАВТРАК (День 10, )**

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 10, )**

149/21	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ОГУР.СОЛ.)	30	0,05	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
118/21	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	0,76	1,50	3,46	7,62	67,57	0,06	0,03	11,78		16,84	40,70	15,78	0,55
333/21	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	0,91	18,66	20,54	9,11	295,53	0,08	0,17	25,12	32,00	38,86	206,43	33,66	2,94
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,13	0,17	0,74	1,34	12,69			0,54	4,00	0,67	1,98	0,76	0,04
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
<b>Итого по подменю:</b>			5,07	24,29	25,53	50,85	529,85	0,25	0,25	46,95	36,00	94,52	332,05	80,02	6,28


№ 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 10,)**

583/21	ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30	2,09	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02		19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
470/21	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) (100)	100	0,40	2,90	2,50	4,00	50,10	0,04	0,17	0,70	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
<b>Итого по подменю:</b>			3,37	5,81	6,25	33,73	214,41	0,10	0,21	9,70	39,50	146,70	126,00	26,60	2,38

**УЖИН (День 10,)**

303/21	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	0,20	8,99	4,36	2,01	83,21	0,07	0,12	0,45	40,23	45,53	143,24	28,11	0,65
377/21	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (120)	120	1,68	2,51	4,83	16,78	120,59	0,12	0,10	19,67	25,60	32,64	74,23	24,88	0,90
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,96	0,40	0,02	19,60	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
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
<b>Итого по подменю:</b>			5,81	14,94	9,53	58,07	377,71	0,23	0,24	20,48	65,83	106,42	257,33	63,99	3,10

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор Векшина А.А.



"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 370

Заведующая Василюк С.Ю.



Меню на 26.04.2024 года (День 10)

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
<b>ЗАВТРАК (День 10, )</b>															
139/21	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМ	140	1,40	4,10	4,63	14,03	114,15	0,06	0,16	1,27	30,80	120,44	98,78	15,51	0,29
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
460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,12	1,48	1,17	11,17	61,19	0,02	0,07	0,59	9,00	58,59	47,40	7,81	0,79
<b>Итого по подменю:</b>			3,51	7,18	13,21	35,17	288,31	0,10	0,25	1,86	79,80	185,43	162,18	26,12	1,32

**2-ОЙ ЗАВТРАК (День 10, )**

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 10, )**

149/21	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ОГУР.СОЛ.)	30	0,05	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
118/21	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	0,76	1,50	3,46	7,62	67,57	0,06	0,03	11,78		16,84	40,70	15,78	0,55
333/21	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	0,91	18,66	20,54	9,11	295,53	0,08	0,17	25,12	32,00	38,86	206,43	33,66	2,94
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,13	0,17	0,74	1,34	12,69			0,54	4,00	0,67	1,98	0,76	0,04
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
<b>Итого по подменю:</b>			5,07	24,29	25,53	50,85	529,85	0,25	0,25	46,95	36,00	94,52	332,05	80,02	6,28


№ 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 10,)**

583/21	ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30	2,09	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02		19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
470/21	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) (100)	100	0,40	2,90	2,50	4,00	50,10	0,04	0,17	0,70	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
<b>Итого по подменю:</b>			3,37	5,81	6,25	33,73	214,41	0,10	0,21	9,70	39,50	146,70	126,00	26,60	2,38

**УЖИН (День 10,)**

303/21	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	0,20	8,99	4,36	2,01	83,21	0,07	0,12	0,45	40,23	45,53	143,24	28,11	0,65
377/21	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (120)	120	1,68	2,51	4,83	16,78	120,59	0,12	0,10	19,67	25,60	32,64	74,23	24,88	0,90
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,96	0,40	0,02	19,60	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
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
<b>Итого по подменю:</b>			5,81	14,94	9,53	58,07	377,71	0,23	0,24	20,48	65,83	106,42	257,33	63,99	3,10

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Устинова Е.М./