



"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ
"Детский сад № 370" г.Перми
ДЕТСКИЙ САД № 370

Василюк С.Ю./

М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

ВЕКШИНА А.А./

М.П.

«Триумф»

День 1		ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО 1-Я СТУПЕНЬ (ДО 3-Х ЛЕТ)											29 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	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
230/21	КАША МАШАНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	4,27	4,50	21,40	143,00	0,06	0,12	0,96	28,41	93,64	85,28	14,11	0,30
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
460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,40	1,20	10,30	57,60	0,02	0,07	0,59	9,00	54,32	40,54	6,33	0,08
	<i>Итого:</i>	<i>350</i>	<i>9,51</i>	<i>8,81</i>	<i>41,57</i>	<i>283,20</i>	<i>0,10</i>	<i>0,24</i>	<i>1,62</i>	<i>60,41</i>	<i>241,96</i>	<i>197,82</i>	<i>28,24</i>	<i>0,69</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														
1/21	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,43	1,80	2,50	28,20	0,01	0,01	10,80	0,00	12,15	8,87	4,82	0,17
115/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	1,59	2,10	5,67	48,00	0,05	0,03	6,66	5,40	7,54	29,46	10,26	0,43
418/13	ПОРЕ ИЗ КУР	50	7,00	5,70	0,07	79,30	0,07	0,14	1,68	70,59	17,50	155,26	17,06	1,50
256/21	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,07	3,63	21,67	135,30	0,06	0,02	0,00	17,60	8,16	33,86	5,98	0,61
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,07	63,00	0,00	0,01	0,30	0,00	16,88	11,55	4,50	0,92
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>540</i>	<i>17,50</i>	<i>13,99</i>	<i>65,90</i>	<i>459,60</i>	<i>0,24</i>	<i>0,22</i>	<i>19,44</i>	<i>93,59</i>	<i>73,43</i>	<i>287,90</i>	<i>54,02</i>	<i>4,98</i>
ПОЛДНИК														
530/21	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,90	1,16	29,00	138,30	0,05	0,03	0,13	8,81	9,50	30,55	6,37	0,70
470/21	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР) (150)	150	4,35	3,75	6,00	75,75	0,11	0,48	1,95	45,00	366,00	277,50	43,50	0,30
	<i>Итого:</i>	<i>200</i>	<i>7,25</i>	<i>4,91</i>	<i>35,00</i>	<i>214,05</i>	<i>0,16</i>	<i>0,51</i>	<i>2,08</i>	<i>53,81</i>	<i>375,50</i>	<i>308,05</i>	<i>49,87</i>	<i>1,00</i>
УЖИН														
353/13	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	60	8,82	1,26	4,56	64,80	0,07	0,11	0,40	25,20	39,24	145,28	30,12	0,67
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	120	3,30	6,10	12,30	117,70	0,14	0,09	22,84	22,80	12,79	68,06	26,27	1,04
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (180)	180	0,27	0,18	12,78	54,00	0,01	0,00	1,80	0,00	3,15	1,98	1,62	0,42
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>15,43</i>	<i>7,86</i>	<i>49,32</i>	<i>330,10</i>	<i>0,26</i>	<i>0,21</i>	<i>25,04</i>	<i>48,00</i>	<i>63,18</i>	<i>241,32</i>	<i>63,61</i>	<i>2,57</i>

Зав.производ. _____

Калькулятор _____



Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 370
Василюк С.Ю./
м.п.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"
ВЕКШИНА А.А./
м.п.



День 1		ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО 2-Я СТУПЕНЬ (3-7 ЛЕТ)													29 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	Са	Р	Mg	Fe		
ЗАВТРАК																
230/21	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,15	5,17	26,00	173,00	0,07	0,15	1,17	34,32	113,73	103,55	17,13	0,37		
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		
460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,60	1,30	11,50	64,00	0,02	0,08	0,65	10,00	60,36	45,04	7,03	0,08		
	<i>Итого:</i>	<i>400</i>	<i>10,59</i>	<i>9,58</i>	<i>47,37</i>	<i>319,60</i>	<i>0,11</i>	<i>0,28</i>	<i>1,89</i>	<i>67,32</i>	<i>268,09</i>	<i>220,59</i>	<i>31,96</i>	<i>0,76</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																
1/21	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,72	3,00	4,20	47,00	0,02	0,02	18,00	0,00	20,25	14,78	8,03	0,28		
115/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	1,90	2,52	6,80	57,60	0,06	0,04	7,99	8,10	9,56	37,37	12,60	0,54		
367/21	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	9,50	11,07	1,92	146,40	0,06	0,11	3,54	72,07	18,52	109,72	15,53	1,14		
256/21	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,07	3,63	21,67	135,30	0,08	0,02	0,00	20,80	9,65	40,01	7,07	0,72		
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,50	0,09	18,00	75,60	0,00	0,01	0,36	0,00	20,25	13,86	5,40	1,11		
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>710</i>	<i>22,21</i>	<i>21,17</i>	<i>82,46</i>	<i>611,70</i>	<i>0,30</i>	<i>0,23</i>	<i>29,89</i>	<i>100,97</i>	<i>93,73</i>	<i>281,74</i>	<i>63,93</i>	<i>5,56</i>		
ПОЛДНИК																
530/21	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,50	1,40	34,80	166,00	0,06	0,04	0,15	10,58	11,40	36,66	7,64	0,84		
470/21	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (КЕФИР)	200	5,80	5,00	8,00	101,00	0,14	0,64	2,60	60,00	488,00	370,00	58,00	0,40		
	<i>Итого:</i>	<i>260</i>	<i>9,30</i>	<i>6,40</i>	<i>42,80</i>	<i>267,00</i>	<i>0,20</i>	<i>0,68</i>	<i>2,75</i>	<i>70,58</i>	<i>499,40</i>	<i>406,66</i>	<i>65,64</i>	<i>1,24</i>		
УЖИН																
353/13	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	70	10,30	1,47	5,32	75,60	0,08	0,12	0,46	29,40	45,78	169,50	35,14	0,78		
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150	4,10	7,70	15,40	147,10	0,17	0,11	28,55	28,50	15,99	85,08	32,83	1,30		
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,10	0,10	11,10	46,00	0,01	0,00	2,00	0,00	3,50	2,20	1,80	0,47		
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>470</i>	<i>18,30</i>	<i>9,67</i>	<i>56,42</i>	<i>385,70</i>	<i>0,32</i>	<i>0,25</i>	<i>31,01</i>	<i>57,90</i>	<i>75,27</i>	<i>289,28</i>	<i>76,77</i>	<i>3,10</i>		

Зав.производ. _____

Калькулятор _____