



Меню на " 16 " 16 " 2015 год

1-я неделя 4-ий день по 10-ти дневному меню

(№ недели, день недели)

возрастная категория воспитанников: от 1,5 до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с сахаром	150	5,3	3,22	33,6	183,2	182/2005
	Бутерброд с маслом	40	2,39	8,85	14,9	165,7	янв.14
	Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,123	0,007	10,2107	40,7354	393/2014
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46	г/п
	Итого за завтрак		8,3	12,2	68,8	435,6	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	180	4,2498	3,3744	14,3946	106,008	120/2005
	Тефтели из мяс говядины с соусом красным основным	110	9,002	12,88	12,9825	201,3245	619/2009
	Соус красный основной	50					759/2009
	Мкаронные изделия отварные	120	4,3	3,7135	28,6355	167,915	309/2005
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	20	0,16	0,02	0,34	2,6	70/2005
	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116	376/2014
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	г/п
	Хлеб пшеничный	20	1,54	1,6	9,96	52,4	г/п
ПОЛДНИК							
	Оладьи с повидлом	100	2,2018	4,9694	12,033	100,76	449/2014
	Кисель из сока лодового или ягодно натурльного	180	0,27	0,054	34,1748	136,134	358/2005
Всего за 4 день			31,7	39,0	213,1	1339,1	
Стоимость, руб			10133				

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ "Детский сад №29"

Болик Е.А.

Меню на " 15 " 06 2025 год

1-й день по 10-ти дневному меню

(№ недели, день недели)

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
ЗАВТРАК							
	Каша жидкая молочная из пшениной крупы с сахаром	180	6,313	3,85886	40,211	219,481	182/2005
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,39	8,85	14,9	165,7	№1/2014
	Чай сахаром и лимоном	180/7	0,123	0,007	10,2107	40,7354	393/2014
2 ЗАВТРАК	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	48	г/п
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,722	3,416	15,994	114,79	102/2005
	Тефтели из мяса говядины с соусом красным основным	110	9,002	12,88	12,9825	201,3245	619/2009
	Макаронные изделия отварные	130	4,816	4,109	30,733	181,33	309/2005
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	20	0,16	0,02	0,34	2,6	70/2005
	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116	376/2014
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2	г/п
	Хлеб пшеничный	20	1,54	1,6	9,96	52,4	г/п
ПОЛДНИК							
	Оладьи с повидлом	100	2,2018	4,9694	12,033	100,76	449/2014
	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	180	0,27	0,054	34,1748	136,134	358/2005
Всего за 4 день			33,6	40,1	223,5	1397,6	
Стоимость, руб		104,27					