

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

11 день 20-ти дневного меню

«23» 12 2024г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой рисовой	180	4,3	4,4	15,0	118,0
	Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	Бутерброд с маслом	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
2 Завтрак:	Яблоко	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед:	Помидор соленый	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Суп картофельный на бульоне	180	2,4	2,1	13,9	85,7
	Макаронник с печенью	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	Соус томатный	30	0,4	1,4	2,0	24,5
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Уплотненный полдник:	Икра морковная	50	1,1	2,4	5,6	49,9
	Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным с томатом	70/50	12,4	13,5	15,1	238,4
	Пюре картофельное	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	35	2,7	0,2	17,6	82,9
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			58,2	51,3	271,5	1832,6

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

12 день 20-ти дневного меню

«14» декабря 2024г.



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	
Завтрак:	Каша жидкая манная	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	Яйца вареные	45	5,5	5,0	0,3	68,6
	Молоко кипяченое	180	5,0	4,4	8,3	94,3
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Яблоки, фаршированные изюмом	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед:	Салат из свеклы	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	1,7	5,5	7,5	92,3
	Котлеты рубленые	80	13,3	13,4	12,6	226,5
	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	Кисель из повидла	200	0,1	0,0	28,4	114,0
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Уплотненный полдник:	Пудинг из творога с соусом молочным	150/50	24,2	17,8	40,3
	Кефир	200	5,6	4,9	7,8	102,8
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Всего за день:			80,9	68,0	271,8	2053,4

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

13 день 20-ти дневного меню

«25» *декабря* 2024г.

Утверждаю

Заведующий МОУ

Детский сад №289

Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
	Чай с молоком	180	2,7	2,3	14,0	87,6
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак:	Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на бульоне	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	Тефтели с соусом	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	Капуста тушеная	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	3,2	4,7	18,3	134,2
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1
Всего за день:			57,1	47,3	259,0	1714,1

Воспитатель _____

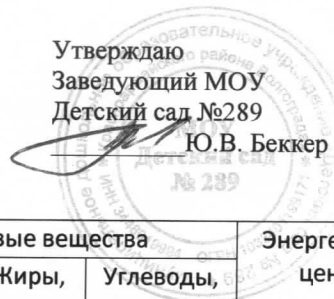
ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

14 день 20-ти дневного меню

« 26 » декабрь 2024г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289
Ю.В. Беккер



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Сок в ассортименте	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед:	Помидоры соленые	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Борщ с капустой и картофелем на м/б	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Фрикадельки «Вкусняшка» в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			61,9	62,7	217,6	1718,7


Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

15 день 20-ти дневного меню

« 27 » декабрь 2024г.

Утверждаю

 МОУ
 Детский сад
 № 219

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Суп молочный с крупой гречневой	180	5,3	4,8	15,1	125,3
	Сыр	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Батон	40	3,0	1,2	20,6	104,8
2 Завтрак:	Фрукты свежие яблоко	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед:	Икра кабачковая	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Суп с крупой на к/б	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Кисель из повидла	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник:	Котлеты рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	Рагу овощное	150	2,8	5,9	14,9	134,6
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Булочка осенняя	50	3,5	5,3	26,8	169,1
Всего за день:			71,9	76,9	247,8	1998,9

Воспитатель _____

ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дошкольный возраст

16 день 20-ти дневного меню

« 28 » декабря 2024г.

Утверждаю
Заведующий МОУ
Детский сад №289
Ю.В. Беккер

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак:	Каша жидкая пшеничная	180	8,3	4,2	35,7	213,4
	Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	Бутерброд с повидлом	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
2 Завтрак:	Фрукты свежие (яблоко)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед:	Огурец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Уплотненный полдник:	Суфле из рыбы	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	Пюре картофельное	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	Булочка ванильная	50	4,1	3,9	28,9	167,3
Всего за день:			57,2	44,0	243,7	1620,8

Воспитатель _____