

Утверждено:
Заведующей МДОУ «Сысоевский детский сад»

/Л.В.Коньшевой)

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД В МДОУ «СЫСОЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД» (от 1,5 до 7)

Неделя 2							
День 6	25 марта 2024 г.						
Завтрак	Каша ячневая вязкая	200	4,39	4,20	28,20	185,00	182
	Какао с молоком	180	3,78	3,27	15,56	106,80	416
	Хлеб пшеничный	40	2,45	7,55	14,62	136,0	1
Итого за завтрак		420	10,62	15,02	58,38	427,8	
			1	1	5		
Обед	Суп картофельный с гренками из пшеничного хлеба	180	3,04	2,80	32,40	159,00	83/123
	Биточки рубленые из птицы паровые	70	12,13	11,13	7,42	177,80	323
	Рис отварной	130	3,17	4,66	31,79	175,9	332
	Компот из яблок	180	0,12	0,02	10,20	41,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,44	14,51	77,2	ТТН
Итого за обед		600	21,26	19,05	96,32	630,9	
			1	1	5		
Полдник	Вареники ленивые (отварные) с маслом	100	14,83	10,86	15,31	218,00	244
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,0	417
Итого за полдник		280	15,44	11,11	33,98	297,00	
			1	1	2		
		1300	47,32	45,18	188,68	1355,70	
Итого за день			1	1	4		

Неделя 2							
День 7	26 марта 2024 г.						
Завтрак	Каша манная вязкая	200	3,18	3,89	21,44	170,7	182
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,0	414
	Яйца варёные	40	5,08	4,60	0,28	64,0	227
	Хлеб пшеничный	40	3,46	0,27	23,24	104,9	ТТН
Итого за завтрак		460	14,57	11,17	59,32	430,60	
			1	1	4		
Обед	Рассольник по-домашнему на м/б	180	3,11	4,54	10,70	135,4	81
	Рыба отварная	75	9,51	4,32	6,21	102,0	285
	Картофель отварной	130	3,21	6,67	22,91	172,7	136/55
	Кукуруза консервированная						
	Компот с изюмом	180	0,43	0,17	29,20	120,1	394
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,44	14,51	77,2	ТТН
Итого за обед		605	19,06	16,14	83,53	607,40	
			1	1	4		
Полдник	Пудинг рисовый с творогом со сгущённым молоком	100	14,73	9,94	38,93	209,0	251
	Йогурт	150	4,35	3,75	6,30	75,0	420
Итого за полдник		250	19,08	13,69	45,23	284,0	
			1	1	2		
Итого за день		1315	52,71	41,00	188,08	1322,00	
			1	1	4		

Неделя 2							
День 8	27 марта 2024 г.						
Завтрак	Каша рисовая вязкая	165	3,09	4,07	27,28	187,0	182
	Чай со сгущённым молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00	412
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180,0	3
Итого за завтрак		405	12,44	14,86	60,98	456,0	
			1	1	5		
Обед	Щи уральские на м/б (с перловкой)	180	1,44	3,60	5,40	95,4	78
	Макаронник с мясом	200	22,42	14,67	41,68	368,8	309
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,17	29,20	120,1	394
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,44	14,51	77,2	ТТН
Итого за обед		600	27,09	18,88	90,79	661,5	
			1	1	3		
Полдник	Биточки манные с джемом	150	4,26	3,13	16,21	148,0	213
	Сок персиковый	180	0,90	0,00	18,18	108,0	418
	Итого за полдник		330	5,16	3,13	34,39	256,00
			1	1	7		
Итого за день		1335	44,69	36,87	186,16	1373,50	
			1	1	4		

Неделя 2							
День 9	28 марта 2024 г.						
Завтрак	Каша пшённая жидкая с маслом	200	5,10	5,45	21,25	224,0	199
	Какао с молоком	180	3,78	3,27	15,56	106,80	382
	Хлеб пшеничный	40	3,46	0,27	23,24	104,9	ТТН
Итого за завтрак		420	12,34	8,99	60,05	435,70	
			1	1	5		
Обед	Суп гороховый на м/б	180	3,94	3,78	11,74	137,1	87
	Биточки рыбные	70	9,33	2,45	5,10	118,7	271
	Каша гречневая Капуста тушёная	130	3,38	5,31	18,70	145,6	399/336
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,17	29,20	120,1	394
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,44	14,51	77,2	ТТН
Итого за обед		600	19,88	12,15	79,25	598,70	
			1	1	4		
Полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	160	4,60	4,17	7,61	116,2	100
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	411
	Хлеб пшеничный	40	3,46	0,27	23,24	104,9	ТТН
Итого за полдник		380	8,12	4,46	40,84	261,1	
			1	1	5		
Итого за день		1400	40,34	25,60	180,14	1295,5	
			1	1	4		

Неделя 2							
День 10	29 марта 2024 г.						
Завтрак	Суп с пшеничной крупой	200	6,21	5,28	27,90	184,0	182
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,0	414
	Хлеб пшеничный	40	3,46	0,27	23,24	104,9	ТТН
	Печенье	10	0,08	7,25	0,00	66,0	ТТН
Итого за завтрак		430	12,60	15,21	65,50	445,9	
			1	1	5		
Обед	Суп рыбный	180	3,69	3,09	12,18	158,2	
	Жаркое по-домашнему	220	21,53	7,47	21,05	285,0	436
	Компот из яблок	180	0,15	0,15	21,42	87,8	391
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,44	14,51	77,2	ТТН
Итого за обед		620	28,17	11,15	69,16	608,2	
			1	1	2		
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	2,23	1,49	18,06	144,3	458
	Молоко кипячёное	150	4,59	4,08	7,59	82,5	419
	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	44,0	386
Итого за полдник		300	7,22	5,97	35,45	270,8	
			1	1	5		
Итого за день		1350	47,99	32,33	170,11	1324,90	
			1	1	4		