

Меню

18 Марта 2025г.

Ясли

Утверждаю:

Наименование блюда

Выход блюда

Вес, гр.

Калор, кк

ЗАВТРАК

354

338.15

25-Каша "Дружба"

130

136.83

25-Кофейный напиток с молоком

180

61.27

25-Бутерброд с маслом и сыром

30/5/9

140.05

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

100

59.6

25-Молоко кипяченое 100/130

100

59.60

ОБЕД

585

676.18

25-Салат "Полевой" (картофельный с огурц

40

46.07

25-Свекольник со сметаной, с мясом

180

90.30

25-Голубцы ленивые

150

359.21

25-Соус сметанный натуральный

25

52.88

25-Соки овощные, фруктовые и ягодные

160

69.28

25-Хлеб ржаной

30

58.44

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

200

170.88

25-Кисломолочный напиток 180/200

180

101.52

Баранки

20

69.36

УЖИН

475

357.75

25-Рыба по-польски

60

152.22

25-Картофель тушеный

120

96.41

25-Чай с сахаром

180

20.06

25-Плоды свежие

95

42.18

25-Хлеб пшеничный

20

46.88

Итого калорийность: 1602.56 Ккал.

Меню

18 Марта 2025г.

Детсад

Утверждаю:

Наименование блюда

Выход блюда

Вес, гр.

Калор, кк

ЗАВТРАК

453

441.62

25-Каша "Дружба"

200

208.75

25-Кофейный напиток с молоком

200

66.36

25-Бутерброд с маслом и сыром

35/5/13

166.51

ВТОРОЙ ЗАВТРАК

125

74.5

25-Молоко кипяченое 100/130

125

74.50

ОБЕД

740

781.97

25-Салат "Полевой" (картофельный с огурц

60

63.73

25-Свекольник со сметаной, с мясом

200

100.78

25-Голубцы ленивые

150

359.21

25-Соус сметанный натуральный

30

63.85

25-Напиток с витаминами "Витолшка" для де

250

97.00

25-Хлеб ржаной

50

97.40

УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК

250

286.2

25-Кисломолочный напиток 180/200

200

112.80

Баранки

50

173.40

УЖИН

525

414.58

25-Рыба по-польски

70

182.78

25-Картофель тушеный

130

104.73

25-Чай с сахаром

200

24.07

25-Плоды свежие

100

44.40

25-Хлеб пшеничный

25

58.60

Итого калорийность: 1998.87 Ккал.

Меню

19 Марта 2025г.

Детский

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	354	331.52
25-Каша жидкая молочная	130	130.20
25-Кофейный напиток с молоком	180	61.27
25-Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	140.05
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	100	77.7
25-.Кисломолочный напиток 100/130	100	77.70
ОБЕД	555	508.17
25-Икра кабачковая (промышленного произв	30	35.55
25-Щи из свежей капусты со сметаной, с м	180	85.30
25-Плов с мясом	130	262.05
25-Кисель из ягод свежемороженных	180	51.15
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	135	182.14
25-Молоко кипяченое 180/200	100	59.60
25-Кондитерские изделия	35	122.54
УЖИН	410	356.68
25-Овощи натуральные соленные или свежие	30	6.00
25-Суфле рыбное	60	98.90
25-Картофельное пюре	120	96.66
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	160	69.28
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1456.21 Ккал.

Меню

19 Марта 2025г.

Детский

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	453	432.2
25-Каша жидкая молочная	200	199.33
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.36
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/13	166.51
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	101.01
25-.Кисломолочный напиток 100/130	130	101.01
ОБЕД	675	678.03
25-Икра кабачковая (промышленного произв	50	59.25
25-Щи из свежей капусты со сметаной, с м	200	95.32
25-Плов с мясом	180	364.25
25-Кисель из ягод свежемороженных	200	63.63
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	180	267.06
25-Молоко кипяченое 180/200	125	74.50
25-Кондитерские изделия	55	192.56
УЖИН	520	442.77
25-Овощи натуральные соленные или свежие	50	10.00
25-Суфле рыбное	70	116.38
25-Картофельное пюре	150	122.49
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	86.60
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1921.07 Ккал.

Меню

20 Марта 2025г. Ясли

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	396	345.85
25-Суп молочный с крутой	150	133.57
25-Какао с молоком	180	59.13
25-Яйцо отварное	40	62.84
25-Бутерброд с маслом	20/6	90.31
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	180	77.94
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	77.94
ОБЕД	567	445.89
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок	40	69.49
25-Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	180	101.36
25-Запеканка картофельная с субпродуктам	130/2	178.89
25-Компот из сухофруктов	180	22.03
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	230	286.99
25-Кисломолочный напиток 180/200	180	92.34
25-Булочка "Татарочка" с курагой	50	194.65
УЖИН	495	396.19
25-Овощи натуральные соленные или свежие	30	6.00
25-Капуста, тушеная с мясом	150	209.30
25-Напиток из шиповника	180	52.87
25-Плоды свежие	95	42.18
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1552.86 Ккал.

Меню

20 Марта 2025г. Детсад

Наименование блюда	Выход блюда	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК	471	407.9
25-Суп молочный с крутой	200	178.27
25-Какао с молоком	200	63.81
25-Яйцо отварное	40	62.84
25-Бутерброд с маслом	25/6	102.98
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	200	86.6
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	86.60
ОБЕД	658	554.69
25-Салат "Морской" (с кальмарами и яблок	60	105.27
25-Суп "Харчо" со сметаной, с мясом	200	113.42
25-Запеканка картофельная с субпродуктам	150/3	213.99
25-Компот из сухофруктов	200	26.43
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	260	339.04
25-Кисломолочный напиток 180/200	200	102.60
25-Булочка "Татарочка" с курагой	60	236.44
УЖИН	550	434.44
25-Овощи натуральные соленные или свежие	50	10.00
25-Капуста, тушеная с мясом	150	209.30
25-Напиток из шиповника	200	63.44
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1822.67 Ккал.

Руководитель Учреждения:  Дыганкова О.С.

Руководитель Учреждения:  Дыганкова О.С.

Меню

24 Марта 2025г.

Детсад

Наименование блюд		Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК				
25-Омлет натуральный	390	322.54	150	200.45
25-Зеленый горошек или кукуруза консерви	40	16.08		
25-Какао с молоком	180	59.13		
25-Хлеб пшеничный	20	46.88		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
25-.Кисломолочный напиток 100/130	100	77.7		
ОБЕД				
25-.Салат из свежты (или моркови) с изюм	40	55.13		
25-Суп с лапшой, с мясом птицы	180	97.27		
25-.Котлеты, биточки, шинцели рыбные	60	151.32		
25-Картофельное пюре	120	96.66		
25-Лимонный напиток	180	62.19		
25-Хлеб пшеничный	15	35.16		
25-Хлеб ржаной	40	77.92		
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК				
25-Молоко кипяченое 180/200	100	107.28		
25-Кондитерские изделия	35	157.78		
УЖИН				
25-Пудинг творожный	130	314.05		
25-Молоко стученное	10	29.42		
25-Чай с молоком	180	33.77		
25-Плоды свежие	95	42.18		

Итого калорийность: 1660.37 Ккал.

Меню

24 Марта 2025г.

Детсад

Наименование блюд		Выход блюд	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК				
25-Омлет натуральный	440	378.12	150	200.45
25-Зеленый горошек или кукуруза консерви	50	20.10		
25-Какао с молоком	200	63.81		
25-Хлеб пшеничный	40	93.76		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК				
25-.Кисломолочный напиток 100/130	130	101.01		
ОБЕД				
25-.Салат из свежты (или моркови) с изюм	60	76.81		
25-Суп с лапшой, с мясом птицы	200	105.61		
25-.Котлеты, биточки, шинцели рыбные	70	175.22		
25-Картофельное пюре	150	122.49		
25-Лимонный напиток	200	70.50		
25-Хлеб пшеничный	20	46.88		
25-Хлеб ржаной	50	97.40		
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК				
25-Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	86.60		
25-Кондитерские изделия	55	247.94		
УЖИН				
25-Пудинг творожный	180	433.32		
25-Молоко стученное	15	44.13		
25-Чай с молоком	200	38.97		
25-Плоды свежие	100	44.40		

Итого калорийность: 2069.40 Ккал.

Меню

21 Марта 2025г.

Утверждаю:

Выход блюд

Наименование блюд	Вес, гр.	Калор, кк
ЗАВТРАК	354	346.01
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	130	132.02
25-Кофейный напиток с молоком	180	61.27
25-Бутерброд с маслом и сыром	30/5/9	152.72
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	100	56.4
25-Кисломолочный напиток 100/130	100	56.40
ОБЕД	588	542.75
25-Овощи натуральные соленные или свежие	30	3.27
25-Суп картофельный с мясными фрикадель	180	119.53
25-Суфле из кур с рисом	50/3	171.58
25-Макаронные изделия отварные с овощами	110	123.10
25-Кисель из ягод свежемороженых	180	51.15
25-Хлеб пшеничный	15	35.16
25-Хлеб ржаной	20	38.96
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	230	214.54
25-Компот из ягод замороженных	180	28.49
25-Ватрушка с творогом из дрожжевого тес	50	186.05
УЖИН	505	370.85
25-Кукуруза с яйцом	40	42.68
25-Рагу из овощей с мясом	150	179.26
25-Чай с лимоном	180	20.89
25-Плоды свежие	95	42.18
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	20	38.96

Итого калорийность: 1530.55 Ккал.

Меню

21 Марта 2025г.

Утверждаю:

Выход блюд

Наименование блюд	Вес, гр.	Калор, кк
ЗАВТРАК	453	472.4
25-Каша молочная с фруктами (или тыквой)	200	201.54
25-Кофейный напиток с молоком	200	66.36
25-Бутерброд с маслом и сыром	35/5/13	204.50
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	130	73.32
25-Кисломолочный напиток 100/130	130	73.32
ОБЕД	719	700.36
25-Овощи натуральные соленные или свежие	50	5.45
25-Суп картофельный с мясными фрикадель	200	133.09
25-Суфле из кур с рисом	70/4	237.09
25-Макаронные изделия отварные с овощами	150	165.52
25-Кисель из ягод свежемороженых	200	63.63
25-Хлеб пшеничный	20	46.88
25-Хлеб ржаной	25	48.70
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК	260	252.58
25-Компот из ягод замороженных	200	33.43
25-Ватрушка с творогом из дрожжевого тес	60	219.15
УЖИН	610	477.87
25-Кукуруза с яйцом	60	59.84
25-Рагу из овощей с мясом	200	241.27
25-Чай с лимоном	200	25.06
25-Плоды свежие	100	44.40
25-Хлеб пшеничный	25	58.60
25-Хлеб ржаной	25	48.70

Итого калорийность: 1976.53 Ккал.