

Согласовано с.о.д.з.б.
 ИП Мордвинцева Е.А.
 "14" октября 2024 г.
 Меню
 Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 16)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
40	Икра кабачковая консервированная	1,1	5,3	4,6	71,4	
110	Омлет натуральный	10,1	16,1	1,9	202,5	
180	Кофейный напиток с молоком	2,8	2,2	15,4	92,9	
20	Хлеб пшеничный	3,0	1,2	20,6	104,8	
	Итого	17,0	24,8	42,5	471,6	
Второй завтрак						
200	Фрукты свежие (яблоко)	0,8	0,8	19,0	91,2	
	Итого	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
40	Помидор свежий	0,7	0,1	2,3	14,4	
150	Щи из свежей капусты с картофелем	2,3	4,0	8,1	78,0	
180	Плов из птицы	38,3	41,4	33,0	664,8	
150	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	14,0	55,8	
20	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	43,9	45,9	74,4	894,6	
Уплотненный полдник						
70	Суфле из рыбы	13,6	11,6	3,4	176,1	
120	Рагу овощное (вариант)	2,8	5,9	14,9	134,6	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	18,0	17,6	38,1	397,5	
	Всего	79,7	89,1	174,0	1854,9	140,48

Согласовано с.о.д.з.б.
 ИП Мордвинцева Е.А.
 "14" октября 2024 г.
 Меню
 Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 16)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
40	Икра кабачковая консервированная	0,8	3,6	3,1	47,6	
110	Омлет натуральный	11,1	13,9	2,1	182,1	
180	Кофейный напиток с молоком	2,8	2,2	15,4	92,9	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,6	10,3	52,4	
	Итого	16,2	20,3	30,9	375,0	
Второй завтрак						
200	Фрукты свежие (яблоко)	0,8	0,8	19,0	91,2	
	Итого	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед						
40	Помидор свежий	0,6	2,6	3,4	39,6	
150	Щи из свежей капусты с картофелем	1,8	3,0	6,1	59,0	
180	Плов из птицы	34,5	37,2	29,8	598,3	
150	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	11,6	45,5	
20	Хлеб ржаной	1,3	0,2	8,5	40,8	
	Итого	38,2	43,0	59,4	783,2	
Уплотненный полдник						
70	Суфле из рыбы	11,9	6,1	2,9	116,8	
120	Рагу овощное (вариант)	2,2	4,8	11,9	106,9	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	15,7	11,0	34,6	310,5	
	Всего	70,9	75,1	143,9	1559,9	122,53

Сметовый лист № 17

ИП Мордвинцева Е.А.

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"15" октября 2024 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 17)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
220	Суп молочный с крупой	5,3	5,4	18,4	145,1	
180	Чай с молоком	2,7	2,3	14,0	87,6	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
10	Сыр (порциями)	2,2	2,9	0,0	35,3	
	Итого	12,5	11,5	47,8	346,6	
Второй завтрак						
180	Сок яблочно-виноградный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
60	Огурец свежий	0,5	0,1	1,5	8,4	
200/5	Борщ со сметаной	1,4	4,7	8,0	82,7	
80/80	Фрикадельки мясные в соусе	13,7	16,3	12,4	260,5	
120/5	Макаронные изделия отварные с маслом	4,5	4,0	28,7	174,0	
180	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	25,7	102,6	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	22,8	25,5	93,3	709,8	
Уплотненный полдник						
150	Запеканка из творога	26,8	18,1	25,8	386,0	
50	Соус молочный	1,0	2,5	3,5	43,9	
200	Снежок	5,6	4,9	7,8	102,8	
40	Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	94,7	
30	Печенье	2,3	2,9	22,3	125,1	
	Итого	38,8	28,6	79,5	752,5	
	Всего	75,0	65,8	238,3	1884,0	140,48

Сметовый лист № 17

ИП Мордвинцева Е.А.

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"15" октября 2024 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 17)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет.	Цена
Завтрак						
170/2	Суп молочный с крупой (рисовый)	4,1	4,5	13,9	114,0	
150	Чай с молоком	2,6	2,3	11,2	76,2	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
10	Сыр (порциями)	2,2	2,9	0,0	35,3	
	Итого	11,2	10,6	40,5	304,1	
Второй завтрак						
180	Сок яблочно-виноградный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
40	Огурец свежий	0,3	0,1	1,0	5,6	
150	Борщ со сметаной	1,1	2,9	6,0	55,0	
70/70	Фрикадельки мясные в соусе	12,0	14,3	10,8	230,2	
100/5	Макаронные изделия отварные с маслом	3,8	4,0	24,0	151,1	
150	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	21,1	84,8	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	19,9	21,7	79,9	608,3	
Уплотненный полдник						
130	Запеканка из творога	23,3	15,5	19,9	321,9	
50	Соус молочный	1,0	2,5	3,5	43,9	
200	Снежок	5,6	4,9	7,8	102,8	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
	Итого	31,4	23,0	41,2	516,0	
	Всего	63,4	55,5	179,3	1503,5	122,53

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

Меню
"16" сентября 2024 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 18)

Исход	Наименование	Белки		Жиры		Углеводы		Энергет. ценность	Цена
		г	г	г	г	г	г		
Завтрак									
000/5	Каша жидкая (геркулесовая)	8,6	6,1	31,6	217,4				
180	какао с молоком	3,6	3,0	15,0	101,9				
15/5/20	Бутерброд с джемом или повидлом	2,3	3,7	27,4	156,7				
	Итого	14,5	12,8	74	476,0				
Второй завтрак									
200	Ряженка	5,6	4,9	7,8	102,8				
	Итого	5,6	4,9	7,8	102,8				
Обед									
60	Помидоры свежие	0,7	0,1	2,3	14,4				
180	Суп картофельный с бобовыми (горох)	4,1	3,8	13,6	106,1				
100/80	Тефтели мясные (1 вариант)	12,6	16,7	16,4	279,4				
50/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	8,1	5,5	36,8	234,4				
180	Компот из свежих плодов	0,1	0,1	20,9	86,0				
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102,0				
	Итого	28,9	26,6	111,2	822,3				
Уплотненный полдник									
70/5	Рыба припущенная	13,2	4,3	0,2	97,3				
150	Пюре картофельное	3,2	4,6	21,4	143,9				
180	Напиток из плодов шиповника	0,6	0,3	18,1	88,3				
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4				
50	Булочка дорожная	3,5	5,3	26,8	169,1				
	Всего	22,0	14,6	76,5	546,0				
		71,0	58,9	269,5	1947,1				140,48

ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

Меню
"16" Октября 2024 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 18)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
150	Каша жидкая (геркулесовая)	6,4	4,6	22,9	159,2	
180	Какао с молоком	3,6	3,0	15,0	101,9	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
	Итого	12,3	8,5	53,3	339,7	
Второй завтрак						
200	Ряженка	5,6	4,9	7,8	102,8	
	Итого	5,6	4,9	7,8	102,8	
Обед						
40	Помидоры свежие	0,5	0,1	1,5	9,6	
150	Суп картофельный с бобовыми (горох)	1,6	2,2	11,7	72,7	
70/70	Тефтели мясные (1 вариант)	11,1	13,8	15,1	237,3	
80/5	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	4,2	4,6	19,1	139,1	
150	Компот из свежих плодов	0,1	0,1	17,4	71,8	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	20,1	21,2	81,8	612,1	
Уплотненный полдник						
60/5	Рыба припущенная	11,3	4,2	0,2	88,5	
120	Пюре картофельное	2,5	3,7	17,2	115,7	
150	Напиток из плодов шиповника	0,5	0,2	14,8	72,2	
20	Хлеб пшеничный	1,5	0,1	10,0	47,4	
50	Булочка дорожная	3,5	5,3	26,8	169,1	
	Итого	19,3	13,5	69,0	492,9	
	Всего	57,3	48,1	211,9	1547,5	122,53

Смешанная с.о.р.р.б.
ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"14" октября 2024 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 19)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
150	Суп молочный с макаронными изделиями	4,3	3,8	14,8	112,6	
180/10/7	Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
45	Яйцо варенное	5,5	5,0	0,3	68,6	
	Итого	12,3	9,7	40,5	301,5	
Второй завтрак						
180	Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
	Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед						
40	Пюре из моркови или свеклы (морковь)	0,6	1,5	3,2	30,5	
150	Суп картофельный с крупой	1,3	1,7	10,1	60,9	
80/5	Котлета из говядины	13,5	16,7	12,6	262,9	
120	Рагу овощное (3 вариант)	2,2	4,8	11,9	106,9	
150	Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	11,6	46,5	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	20,2	25,1	66,4	589,3	
Уплотненный полдник						
120	Пудинг из творога (запеченный)	18,5	12,9	28,7	313,1	
50	Соус молочный (сладкий)	1,0	2,5	3,6	44,4	
200	Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
30	Хлеб пшеничный	2,2	0,2	14,6	68,9	
	Итого	27,3	20,5	56,2	531,2	
	Всего	60,7	55,5	180,8	1497,1	122,53

Смешанная с.о.р.р.б.
ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"14" октября 2024 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 19)

Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак					
Суп молочный с макаронными изделиями	7,1	6,1	24,4	183	
Чай с лимоном	0,2	0,0	10,0	41,7	
Бутерброд с маслом	2,4	7,5	15,2	145,8	
Итого	9,7	13,6	49,6	370,5	
Второй завтрак					
Сок яблочный	0,9	0,2	17,7	75,1	
Итого	0,9	0,2	17,7	75,1	
Обед					
Пюре из моркови или свеклы (морковь)	0,8	2,0	5,0	44,1	
Суп картофельный с крупой	1,7	2,1	13,7	81,1	
Котлета из говядины	13,5	16,7	12,6	262,9	
Рагу овощное (3 вариант)	2,4	5,1	12,9	116,8	
Компот из сушеных фруктов	0,0	0,0	14,0	55,8	
Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
Итого	21,0	26,3	75,2	642,3	
Уплотненный полдник					
Пудинг из творога (запеченный)	23,3	16,0	34,7	385,1	
Соус молочный (сладкий)	1,0	2,5	3,6	44,4	
Молоко кипяченое	5,6	4,9	9,3	104,8	
Хлеб пшеничный	2,2	0,2	14,6	68,9	
Булочка "Осенняя"	3,5	5,3	26,8	169,1	
Итого	35,6	28,9	89,0	772,3	
Всего	67,2	69,0	231,5	1860,2	140,48

Секретарь И.В. Дав



ИП Мордвинцева Е.А.

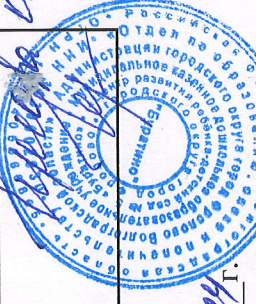
Меню

"18" Октября 2024 г.

Возрастная категория от 3-х до 7 лет (день 20)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
200/5	Каша жидкая (пшеничная)	9,3	4,6	39,2	235,1	
180	Кофейный напиток (пшеничная)	2,8	2,2	15,4	92,9	
40	Хлеб пшеничный	3,0	1,2	20,6	104,8	
10	Сыр (порциями)	2,2	2,9	0,0	35,3	
	Итого	17,3	10,9	75,2	468,1	
Второй завтрак						
200	Фрукты свежие (банан)	3	1	42	192	
	Итого	3	1	42	192	
Обед						
60	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	1,0	2,0	6,1	48,5	
200	Борщ с капустой и картофелем	1,5	4,0	10,0	82,5	
200	Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	13,3	8,7	33,6	286,4	
50	Соус молочный	1,0	2,7	3,9	47,2	
180	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	25,7	102,6	
50	Хлеб ржаной	3,3	0,4	21,2	102	
	Итого	20,2	17,8	100,5	669,2	
Уплотненный полдник						
80/5	Суфле из рыбы	13,6	11,2	3,4	176,1	
130	Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	3,3	3,4	34,4	185,8	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
20	Вафли	0,6	0,7	15,5	70,8	
40	Хлеб пшеничный	3,1	0,2	20,1	94,7	
	Итого	20,7	15,5	83,2	566,8	
	Всего	61,2	45,2	300,9	1896,1	140,48

Секретарь И.В. Дав



ИП Мордвинцева Е.А.

Меню

"18" Октября 2024 г.

Возрастная категория от 1,5 до 3-х лет (день 20)

Выход	Наименование	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергет. ценность	Цена
Завтрак						
150	Каша жидкая (пшеничная)	7,0	3,5	29,6	177,3	
180	Кофейный напиток (пшеничная)	2,8	2,2	15,4	92,9	
30	Хлеб пшеничный	2,3	0,9	15,4	78,6	
10	Сыр (порциями)	2,2	2,9	0,0	35,3	
	Итого	14,3	9,5	60,4	384,1	
Второй завтрак						
200	Фрукты свежие (банан)	3,0	1,0	42,0	192,0	
	Итого	3,0	1,0	42,0	192,0	
Обед						
40	Пюре из моркови или свеклы (свекла)	0,7	1,5	4,1	34	
150	Борщ с капустой и картофелем	1,2	2,9	7,5	61,8	
160	Запеканка картофельная с мясом или печенью (печень)	10,7	6,0	26,8	218,4	
15	Соус молочный	0,3	0,9	1,2	14,2	
150	Кисель из повидла, джема, варенья	0,1	0,0	21,1	84,8	
40	Хлеб ржаной	2,6	0,4	17,0	81,6	
	Итого	15,6	11,7	77,7	494,8	
Уплотненный полдник						
70	Суфле из рыбы	11,8	6,0	2,9	116,3	
80/5	Каша рассыпчатая с овощами (рисовая)	1,8	3,8	18,8	121,3	
190/10	Чай с сахаром	0,1	0,0	9,8	39,4	
40	Хлеб пшеничный	2,3	0,2	15,1	71	
	Итого	16,0	10,0	46,6	348,0	
	Всего	48,9	32,2	226,7	1418,9	122,53