

Меню на 19.02.2025г Среда Утверждаю: Заведующий МДОБУ Улеса-Солнышное Д.А.Каргина
 Категория: дети от 1,5 до 4 лет.

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				Энерг. Цен- ность (ккал)
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная (№11)							
Крупа ячневая	15	15	150	4,43			230,57
молоко	130	130					
масло сливочное	4	4					
сахар	4	4					
Какао с молоком (№31)							
какао	2,0	2,0	150	2,64	2,79	19,12	108,90
сахар	5	5					
молоко	90	90					
Хлеб пшеничный с маслом							
масло сливочное,	7	7	17	0,049	5,46	0,07	49,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:							
Яблоко	115	100	100	0,52	0	13,5	58,5
ОБЕД							
Салат «Винегрет» (№30)							
свекла	50	50	45	0,63	2,97	3,75	44,6
Морковь	30	24					
картофель	80	63					
Лук репчатый	5	4					
Горошек зеленый	20	12					
Огурец соленый	20	15					
масло растительное	5	5					
Суп- уха из с/м рыбы (№5)							
Филе минтая	28,50	28,20	150	9,56	0,45	6,92	79,08
картофель	47	45					
Лук репчатый	7,5	6,3					
пшено	3	3					
Вода питьевая	180	180					
Гуляш из говядины (№9)							
мясо	70	45	60	20,6	22,3	5,0	202,0
Лук репчатый	5	4					
Томатная паста	9,5	9,5					
мука пшеничная	4	4					
масло сливочное	3	3					
соль	0,5	0,5					
Макароны отварные (№54)							
макароны	35	35	110	3,87	2,93	24,70	140,66
Масло сливочное	3	3					
соль	2	2					
Компот из с/ф (№27)							
Смесь сухофруктов	30,5	25	150	0,15	0	20,5	68,0
Сахар	15	15					
вода	190	190					
Хлеб ржаной							
Хлеб пшеничный							
ПОЛДНИК							
Омлет (№18)							
			80	7,8	12,3	1,4	148,2
Чай с сахаром (№25)							
Чай заварка	0,6	0,6	150	3,64	4,10	18,1	120,6
сахар	12	12					
Хлеб пшеничный							
УЖИН							
Печенье (№37)							
			30	2,25	2,94	22,32	125,1
Чай с сахаром (№25)							
чай заварка	0,6	0,6	150	2,6	2,9	16,10	98,6
сахар	12	12					
Хлеб пшеничный с сыром	17/7,5	17/7,5		0,049	5,46	0,07	49,6
За весь день:							
Хлеб ржаной			30	1,98	0,36	10,26	54,3
Хлеб пшеничный			60	4,62	1,8	29,8	157,2

Меню на 19.02 2025г Среда Утверждаю: Заведующий Д.А. Каргина
 Категория: дети от 4 до 7 лет.

Название блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				Энерг. Цен-ность (ккал)
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле-воды (г)	
1	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК							
<i>Каша ячневая молочная (№11)</i>							
Крупа ячневая	20	20	200	6,4	9,7	22,3	202,3
молоко	150	150					
масло сливочное	5	5					
сахар	5	5					
<i>Какао с молоком (№31)</i>							
какао	2,0	2,0	200	4,4	4,8	23,4	145,6
сахар	5	5					
молоко	140	140					
<i>Хлеб пшеничный с маслом</i>							
масло сливочное,	10	10	/ 10	0,049	5,46	0,07	49,6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:							
Яблоко	130	115	115	0,52	0	13,5	58,5
ОБЕД							
<i>Салат «Винегрет» (№30)</i>							
свекла	50	50	160	3,0	5,2	17,5	132,0
Морковь	30	24					
картофель	80	63					
Лук репчатый	5	4					
Горошек зеленый	20	12					
Огурец соленый	20	15					
масло растительное	5	5					
<i>Суп- уха из с/м рыбы (№5)</i>							
Филе минтая	47,5	47	200	9,56	0,45	6,92	79,08
картофель	48	47					
Лук репчатый	10	6,8					
пшено	5	5					
Вода питьевая	300	300					
<i>Гуляш из говядины (№9)</i>							
мясо	107	98	180	20,6	22,3	5,0	202,0
Лук репчатый	12	10					
Томатная паста	6	6					
мука пшеничная	1,8	1,8					
масло сливочное	3	3					
соль	0,5	0,5					
<i>Компот из с/ф (№27)</i>							
Смесь сухофруктов	14	12,5	180	0,17	0	21,0	82,3
Сахар	15	15					
вода	190	190					
Хлеб ржаной							
Хлеб пшеничный							
ПОЛДНИК							
<i>Омлет (№18)</i>							
			80	7,8	12,3	1,4	148,2
<i>Чай с сахаром (№25)</i>							
Чай заварка	0,6	0,6	180	0,16	0	14,3	56,87
сахар	15	15					
Хлеб пшеничный							
За весь день:							
Хлеб ржаной			40	2,64	0,48	13,68	72,4
Хлеб пшеничный			80	6,2	2,4	39,4	208,0