

14.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ. д 1 ДЕНЬ ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	130	4	5	16	150
Батон с маслом	89	2	4	13	29
Чай с лимоном 200 гр	40	0	0	9	200
Итого:	258	6	9	38	379
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из капусты со сладкой кукурузой	41	1	2	5	40
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	85	1	4	10	150
Жаркое по-домашнему с мясом курицы 180г	301	13	15	22	180
Компот из сухофруктов.	58	0	0	13	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	585	19	21	74	573
Полдник					
Кефир 100 г	56	3	3	4	100
Соус молочный сладкий 20 гр	25	0	1	3	20
Запеканка творожная 100 гр	271	13	17	9	100
Вафли 15 гр	53	0	0	12	15
Итого:	404	17	22	29	235
Всего:	1294	42	52	151	1287

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. 2 ДЕНЬ, 1.ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из пшена и риса молочная "Дружба 3" со сливочным маслом	109	2	4	14	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Кофейный напиток с молоком 180 гр	94	3	3	13	180
Итого:	346	8	12	51	380
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Яйцо вареное.	63	5	4	0	1000
Щи со сметаной.	50	1	2	6	150
Суфле из рыбы 60 гр	112	11	5	2	60
Картофельное пюре.	113	2	3	18	120
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр.	60	0	0	15	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	498	23	15	63	1533
Полдник					
Йогурт питьевой 100 г	85	5	3	8	100
Морковь тушеная 100г	91	1	5	10	100
Печенье 20 гр	92	2	1	15	20
Итого:	267	8	9	34	220
Всего:	1151	41	36	159	2233

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

16.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ. 3 ДЕНЬ 1.ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	138	4	5	16	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Какао с молоком	87	2	2	13	150
Итого:	368	10	13	53	350
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40гр.	47	1	3	4	40
Суп гороховый со сметаной 150 гр	90	3	3	12	150
Запеканка картофельная с отварным мясом	275	13	14	19	180
Соус молочный	19	0	1	1	20
Компот из сухофруктов.	58	0	0	13	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	542	20	21	62	573
Полдник					
Снежок 100 г	83	3	3	11	100
Сгущенное молоко 15 гр	49	1	1	9	15
Суфле творожное.	339	17	20	16	130
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	517	22	24	45	265
Всего:	1473	52	58	170	1288

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

17.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ. 4 ДЕНЬ 1.ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	136	4	5	17	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Кофейный напиток с молоком	88	2	2	13	150
Итого:	367	9	13	54	350
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62	1	0	15	100
Итого:	62	1	0	15	100
Обед					
Огурец консервированный 60 гр	8	0	0	1	60
Свекольник вегетарианский со сметаной	79	1	3	10	150
Плов из отварной курицы 170 гр	357	15	18	29	170
Компот из сухофруктов 150 гр,	46	0	0	11	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	545	19	21	64	563
Полдник					
Картофель отварной	55	1	1	10	60
Чай с молоком 150 гр	51	1	1	8	150
Вафли 15 гр	53	0	0	12	15
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	204	4	3	40	245
Всего:	1178	33	37	173	1258

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ТРЕБ. 5 ДЕНЬ ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	161	5	6	22	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Чай 150 гр.	29	0	0	7	150
Итого:	332	9	11	52	350
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28	1	0	7	100
Итого:	28	1	0	7	100
Обед					
Салат из моркови с изюмом 60 гр	70	1	2	13	60
Уха рыбацкая 0,150г	258	28	10	8	150
Котлета из мяса куры	145	20	5	1	60
Макаронные изделия отварные	186	5	3	33	120
Компот из кураги и изюма 150 гр	47	0	0	11	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	760	56	21	79	573
Полдник					
Капуста тушеная 100г	69	2	2	12	100
Чай с молоком 150 гр	51	1	1	8	150
Манник (68 гр)	315	8	10	44	68
Хлеб "Солнышко" 40 гр	92	3	0	20	40
Итого:	527	14	13	84	358
Всего:	1648	80	45	223	1381

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

21.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ. : 6 ДЕНЬ ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	124	4	5	15	150
Батон с маслом	89	2	4	13	29
Чай с лимоном 150 гр	29	0	0	7	150
Итого:	242	6	9	35	329
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Зеленый горошек 45 гр	18	1	0	3	45
Суп-лапша	84	2	3	12	150
Суфле из печени 80 гр	156	18	7	2	80
Рис припущенный с овощами .	173	3	6	25	120
Компот из сухофруктов.	58	0	0	13	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	589	28	16	79	598
Полдник					
Кефир 100 г	56	3	3	4	100
Повидло 20гр.	38	0	0	10	15
Запеканка творожная 100 гр	263	13	16	9	100
Печенье 20 гр	92	2	1	15	20
Итого:	449	18	21	39	235
Всего:	1326	52	46	163	1262

Заведующий
(должность)



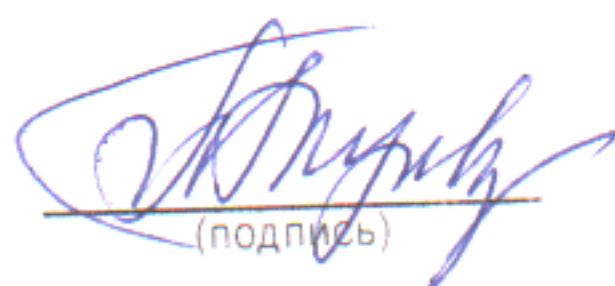
ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

22.11.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч
ТРЕБ. 4 день

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	106	4	4	11	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Кофейный напиток с молоком	88	2	2	13	150
Итого:	337	9	12	48	350
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом 60 гр.	62	1	4	7	60
Суп крестьянский со сметаной	74	1	3	8	150
Запеканка из рыбы с морковью 80 гр.	110	11	4	6	80
Картофельное пюре.	113	2	3	18	120
Компот из сухофруктов 150 гр.	46	0	0	11	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	461	18	15	62	593
Полдник					
Йогурт питьевой 100 г	85	5	3	8	100
Рагу из овощей	74	2	2	11	120
Пряник 55 гр	193	3	2	43	55
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	397	11	7	72	295
Всего:	1236	39	34	193	1338

Заведующий
(должность)


(подпись)

ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

23.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ., 8 ДЕНЬ ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом	130	4	4	18	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Какао с молоком	87	2	2	13	150
Итого:	360	9	12	55	350
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	53	1	0	12	100
Итого:	53	1	0	12	100
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 30гр.	35	0	2	3	30
Борщ со сметаной 200гр	99	2	5	12	200
Котлета из мяса кури 70 гр	97	13	3	4	70
Каша гречневая рассыпчатая	133	4	4	23	120
Компот из сухофруктов.	58	0	0	13	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	476	21	13	68	603
Полдник					
Кефир 100 г	56	3	3	4	100
Суфле творожное 120 гр.	360	14	22	17	120
Повидло	38	0	0	10	15
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	500	19	25	41	255
Всего:	1389	50	51	175	1308

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

24.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ., 9 ДЕНЬ 1.ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	127	4	5	16	150
Батон с маслом 45/5	143	3	5	24	50
Кофейный напиток с молоком	88	2	2	13	150
Итого:	358	9	12	53	350
Второй завтрак					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом 40гр.	66	1	3	9	40
Суп-пюре картофельный вегетарианский	90	2	3	12	150
Макаронник, запеченный с мясом	277	18	8	29	180
Компот из сухофруктов.	58	0	0	13	150
Хлеб ржаной 50 гр	91	3	1	21	50
Гренки 15 гр	42	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	623	25	15	92	588
Полдник					
Ацидофилин 110 г	55	3	3	4	110
Омлет натуральный 150 гр.	219	12	15	4	150
Вафли 15 гр	53	0	0	12	15
Итого:	326	15	18	20	275
Всего:	1354	50	45	176	1313

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

25.11.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ., 10 ДЕНЬ ДОУ 88, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливоч. маслом	142	4	5	18	150
Батон с маслом	89	2	4	13	29
Какао с молоком	87	2	2	13	150
Итого:	317	8	12	44	329
Второй завтрак					
Банан 100 гр	132	2	0	32	100
Итого:	132	2	0	32	100
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 60 гр.	64	1	4	7	60
Уха рыбацкая 0,150г	258	28	10	8	150
Котлета из мяса куры	85	11	3	1	60
Картофельное пюре 150г	191	4	5	30	150
Компот из кураги	63	0	0	15	150
Хлеб ржаной 50 гр	91	3	1	21	50
Хлеб "Солнышко" 20 гр	46	2	0	10	20
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	798	49	23	93	643
Полдник					
Свекла, тушеная со сметаной.	77	2	2	14	120
Чай 200 гр.	38	0	0	9	200
Шанежка с картофелем •1	161	4	5	21	60
Итого:	275	6	8	44	380
Всего:	1522	66	43	213	1452

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)