

14.11.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

ТРЕБ. 1 ДЕНЬ

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 150г.	143	3	4	22	150
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай с лимоном 200 гр	40	0	0	9	200
Итого:	253	6	4	47	390
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из капусты со сладкой кукурузой	62	1	3	8	60
Суп картофельный вегетарианский 200г	75	1	2	12	200
Жаркое по-домашнему с мясом кури 180г	264	13	12	22	180
Компот из сухофруктов 180гр	67	0	0	15	180
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	568	19	17	80	670
Полдник					
Макаронные изделия отварные	238	6	4	41	150
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Вафли 15 гр	53	0	0	12	15
Итого:	317	6	5	59	365
Всего:	1184	32	26	197	1525

Заведующий
(должность)



(подпись)

ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

15.11.2022

ТРЕБ. **2 ДЕНЬ**

Меню-раскладка
1.ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая безмолочная с маслом растительным 150г.	267	4	6	29	150
Батон 50 гр	118	4	2	27	50
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	411	8	7	62	400
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Щи из свежей капусты безмолочное меню 200г.	67	2	2	11	200
Яйцо вареное.	63	5	4	0	1000
Рыба отварная 80 г.	192	26	8	0	80
Картофельное пюре (без молока) 150г	216	4	4	37	150
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр.	89	0	0	15	150
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	728	41	18	85	1630
Полдник					
Морковь тушеная 100г	98	1	5	10	100
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Печенье 20 гр	92	2	1	15	20
Итого:	216	3	6	32	320
Всего:	1395	53	32	190	2450

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

16.11.2022

Меню-раскладка
ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

ТРЕБ. / 3 ДЕНЬ

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная безмолочная с маслом растит 200г	399	4	6	28	200
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	496	7	6	50	440
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	70	1	4	6	60
Суп картофельный вегетарианский 200г	75	1	2	12	200
Мясо говядины отварное 75г	359	29	23	1	75
Картофельное пюре (без молока) 150г	216	4	4	37	150
Компот из сухофруктов 200 г	162	1	0	18	200
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Итого:	936	38	34	87	715
Полдник					
Макаронные изделия отварные 150г	416	5	4	35	150
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	488	7	4	51	370
Всего:	1966	52	44	198	1625

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

17.11.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

ТРЕБ. д 4 ДЕНЬ

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая безмолочная с маслом растит 200г	361	4	4	30	200
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	458	6	5	52	440
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62	1	0	15	100
Итого:	62	1	0	15	100
Обед					
Борщ (безмолочное меню) 200г	343	18	5	70	200
Огурец консервированный 60 гр	8	0	0	1	60
Плов из мяса кур 250 гр	481	24	23	37	250
Компот из сухофруктов.	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Итого:	961	45	28	138	740
Полдник					
Картофель отварной 75г	119	2	2	21	75
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Вафли 15 гр	53	0	0	12	15
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	244	4	3	49	310
Всего:	1726	56	35	255	1590

Заведующий
(должность)



(подпись)

ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

02.12.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ТРЕБ. д 5 ДЕНЬ ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая безмолочная с маслом растительным 150г.	267	4	6	29	150
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	364	6	6	51	390
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Кукуруза консервированная 45гр	44	1	0	8	45
Уха рыбацкая 0,200	140	9	4	14	200
Котлета из мяса кури	103	13	4	1	80
Макаронные изделия отварные 150г	307	5	4	35	150
Компот из кураги и изюма 180 гр	71	0	0	17	180
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб "Солнышко" 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	766	32	13	98	705
Полдник					
Капуста тушеная 100г	89	2	2	12	100
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Плюшка с маком	317	7	8	48	90
Итого:	433	9	10	66	390
Всего:	1609	48	29	225	1585

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

05.12.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ТРЕБ. 6 ДЕНЬ, 1.ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом и отрубями 200г	255	4	6	25	200
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай с лимоном 200 гр	40	0	0	9	200
Итого:	365	6	7	50	440
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Зеленый горошек 45 гр	18	1	0	3	45
Суп-лапша	115	3	2	20	250
Печень (безмолочное меню) 70 г	212	21	12	0	70
Рис припущенный с овощами	164	4	2	32	150
Компот из сухофруктов	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	683	32	17	94	765
Полдник					
Запеканка капустная 150г	195	9	3	38	150
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Печенье 20 гр	92	2	1	15	20
Итого:	313	11	4	60	370
Всего:	1401	50	28	215	1675

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

06.12.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч
ТРЕБ. 7 ДЕНЬ

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия отварные 180 г	373	6	5	42	180
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	470	8	5	64	420
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню) 200г	104	2	4	14	200
Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом 60 гр.	62	1	4	7	60
Рыба отварная 70 гр	226	15	4	0	70
Картофельное пюре (без молока) 150г	216	4	4	37	150
Компот из сухофруктов.	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	783	27	17	97	730
Полдник					
Рагу из овощей 150 г	151	3	4	25	150
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Пряник 55 гр	193	3	2	43	55
Итого:	370	6	5	74	405
Всего:	1669	42	28	245	1655

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

07.12.2022

Меню-раскладка
ТРЕБ. 8 ДЕНЬ 1.ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 200г	299	4	6	28	200
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	396	7	6	50	440
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом 60гр.	69	1	4	7	60
Борщ (безмолочное меню) 200г	93	2	4	13	200
Гуляш из кури.	156	25	4	2	80
Каша гречневая рассыпчатая	194	5	6	33	150
Кисель из концентрата плодового или ягодного	111	0	0	25	200
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Итого:	677	35	17	92	720
Полдник					
Макаронные изделия отварные 180 г	373	6	5	42	180
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Печенье 15 гр	69	2	1	12	15
Хлеб пшеничный 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	514	9	6	70	415
Всего:	1627	51	30	222	1675

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

08.12.2022

МЕНЮ-РАСКЛАДКА
ТРЕБ. 9 ДЕНЬ ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая безмолочная с маслом растит 200г	271	4	4	30	200
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	368	6	5	52	440
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом 60гр.	100	1	4	14	60
Суп картофельный вегетарианский 200г	75	1	2	12	200
Макаронник, запеченный с мясом	424	19	18	37	230
Компот из сухофруктов.	75	0	0	17	200
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 35 г	81	3	0	18	35
Итого:	809	26	25	110	755
Полдник					
Картофель, запеченный с яйцом 200г	519	13	16	72	200
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Вафли 15 гр	53	0	0	12	15
Итого:	598	14	16	91	415
Всего:	1820	47	47	263	1710

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)

13.01.2023

Меню-раскладка

1.ДОУ 88, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

ТРЕБ. 10 ДЕНЬ

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом раст. 200 гр	139	2	5	20	200
Батон 40 гр	71	2	1	16	40
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	236	4	6	42	440
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 60 гр.	64	1	4	7	60
Уха рыбацкая 0,200	140	9	4	14	200
Котлета из говядины	179	13	12	1	80
Картофельное пюре (без молока) 150г	216	4	4	37	150
Компот из кураги 180 г	75	1	0	18	180
Хлеб ржаной 30г.	54	2	0	13	30
Хлеб "Солнышко" 20 гр	46	2	0	10	20
Итого:	774	31	25	100	720
Полдник					
Свекла, тушеная	200	2	10	25	150
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Сдоба обыкновенная 80 гр	276	7	5	45	80
Итого:	503	10	15	76	430
Всего:	1560	45	46	229	1690

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 575513511485277002546729800540994211588910956521
Владелец Тупицына Людмила Николаевна
Действителен с 23.12.2022 по 23.12.2023

Заведующий
(должность)



ТУПИЦЫНА Л.Н.
(расшифровка подписи)