ООО «Агроинвест» «Согласовано»

Заведующий МДОУ № 95

Малышева А.Н.

**МЕНЮ**

**Понедельник 1 неделя**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **ясли** | | **сад** | |
|  | **выход** | **ккал** | **выход** | **ккал** |
| **Завтрак** | | | | |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом | 150 | 207,0 | 180/5 | 276,3 |
| Чай с сахаром и молоком | 150 | 74,16 | 180 | 89,0 |
| Масло сливочное | 8 | 59,2 | 10 | 74,0 |
| Печенье | 25 | 24,43 | 25 | 24,43 |
| **Итого:** | **333** | **364,79** | **400** | **463,73** |
| **Второй завтрак** | | | | |
| Сок | 150 | 63,33 | 180 | 76,0 |
| **Итого:** | **150** | **63,33** | **180** | **76,0** |
| **Обед** | | | | |
| Суп овощной на мясном бульоне со сметаной | 150 | 78,48 | 200 | 104,64 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 163,1 | 130 | 216,4 |
| Гуляш из отварного мяса | 60 | 112,2 | 70 | 130,9 |
| Напиток из ягод с\м | 150 | 73,91 | 180 | 88,7 |
| Хлеб ржаной | 35 | 74,35 | 45 | 95,6 |
| **Итого:** | **505** | **502,04** | **625** | **636,24** |
| **Уплотненный полдник** | | | | |
| Омлет натуральный с зеленым горошком | 130\15 | 202,67 | 150/15 | 298,23 |
| Сыр порционный | 10 | 36,0 | 10 | 36 |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 31,57 | 180 | 37,89 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 59,16 | 30 | 82,83 |
| **Итого:** | **330** | **359,4** | **385** | **454,95** |
| **Итого за день:** | **1318** | **1289,56** | **1590** | **1630,92** |

Медицинская сестра по питанию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Никитина В.А.

ООО «Агроинвест» «Согласовано»

Заведующий МДОУ № 95

Малышева А.Н.

**МЕНЮ**

**Вторник 1 неделя**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **ясли** | | **сад** | |
|  | **выход** | **ккал** | **выход** | **ккал** |
| **Завтрак** | | | | |
| Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150 | 180,0 | 180/5 | 276,3 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 99,0 | 180 | 118,8 |
| Масло сливочное | 8 | 59,2 | 10 | 74,0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 59,16 | 30 | 71,0 |
| **Итого:** | **333** | **397,36** | **405** | **540,1** |
| **Второй завтрак** | | | | |
| Сок | 150 | 63,33 | 180 | 76,0 |
| **Итого:** | **150** | **63,33** | **180** | **76,0** |
| **Обед** | | | | |
| Суп картофельный со свининой | 150 | 127,5 | 200 | 153,0 |
| Котлета мясная | 60 | 181,3 | 70 | 221,3 |
| Картофельное пюре | 110 | 119,3 | 130 | 152,5 |
| Напиток из сухофруктов | 150 | 64,95 | 180 | 77,94 |
| Хлеб ржаной | 35 | 74,35 | 45 | 95,6 |
| **Итого:** | **505** | **567,4** | **625** | **700,34** |
| **Уплотненный полдник** | | | | |
| Запеканка творожная с фруктовым соусом | 130\20 | 200,87 | 140/30 | 334,5 |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 31,57 | 180 | 37,89 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 59,16 | 30 | 71,0 |
| **Итого:** | **325** | **291,6** | **380** | **443,39** |
| **Итого за день:** | **1313** | **1319,69** | **1590** | **1759,83** |

Медицинская сестра по питанию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Никитина В.А.

ООО «Агроинвест» «Согласовано»

Заведующий МДОУ № 95

Малышева А.Н.

**МЕНЮ**

**Среда 1неделя**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **ясли** | | **сад** | |
|  | **выход** | **ккал** | **выход** | **ккал** |
| **Завтрак** | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 110,78 | 180 | 152,94 |
| Какао с молоком | 150 | 129,0 | 180 | 154,8 |
| Сыр порционный | 8 | 28,8 | 10 | 36,0 |
| Масло сливочное порционное | 8 | 59,2 | 10 | 74,0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 59,16 | 30 | 71,0 |
| **Итого:** | **341** | **386,94** | **410** | **488,74** |
| **Второй завтрак** | | | | |
| Фрукт | 100 | 44,0 | 100 | 44,0 |
| **Итого:** | **100** | **44,0** | **100** | **44,0** |
| **Обед** | | | | |
| Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной | 150 | 87,0 | 200 | 104,4 |
| Рис отварной | 110 | 234,0 | 130 | 213,0 |
| Котлета рыбная | 60 | 117,0 | 70 | 117,0 |
| Овощи свежие | 30 | 4,2 | 50 | 7,0 |
| Напиток из изюма | 150 | 56,65 | 180 | 67,98 |
| Хлеб ржаной | 35 | 74,35 | 45 | 95,6 |
| **Итого:** | **545** | **600,2** | **675** | **580,25** |
| **Уплотненный полдник** | | | | |
| Рагу овощное со свининой | 170 | 242,19 | 200 | 297,94 |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 31,57 | 180 | 37,89 |
| Булочка домашняя | 50 | 178,0 | 50 | 179,0 |
| **Итого:** | **370** | **451,76** | **430** | **514,83** |
| **Итого за день:** | **1373** | **1482,9** | **1615** | **1620,82** |

Медицинская сестра по питанию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Никитина В.А.

ООО «Агроинвест» «Согласовано»

Заведующий МДОУ № 95

Малышева А.Н.

**МЕНЮ**

**Четверг 1 неделя**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **ясли** | | **сад** | |
|  | **выход** | **ккал** | **выход** | **ккал** |
| **Завтрак** | | | | |
| Каша манная молочная жидкая с маслом | 150 | 160 | 180/5 | 192,0 |
| Чай с сахаром и молоком | 150 | 74,16 | 180 | 89,0 |
| Масло сливочное порционное | 8 | 59,2 | 10 | 74,0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 59,16 | 30 | 71,0 |
| Яйцо вареное | 40 | 29,64 | 40 | 29,64 |
| **Итого:** | **366** | **382,16** | **445** | **455,64** |
| **Второй завтрак** | | | | |
| Сок | 150 | 63,33 | 180 | 76,0 |
| **Итого:** | **150** | **63,33** | **180** | **76,0** |
| **Обед** | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 150 | 96,6 | 200 | 128,8 |
| Печень тушеная в сметане | 60 | 126,6 | 70 | 147,7 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 183,1 | 130 | 216,4 |
| Напиток из ягод с/м | 150 | 73,91 | 180 | 88,7 |
| Хлеб ржаной | 35 | 74,35 | 45 | 95,6 |
| **Итого:** | **505** | **554,56** | **625** | **677,2** |
| **Уплотненный полдник** | | | | |
| Запеканка творожная с фруктовым джемом | 130/20 | 250,87 | 140/30 | 334,5 |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 31,57 | 180 | 41 |
| Хлеб ржаной | 25 | 59,16 | 30 | 71 |
| **Итого:** | **325** | **341,6** | **380** | **446,5** |
| **Итого за день:** | **1316** | **1341,65** | **1630** | **1655,34** |

Медицинская сестра по питанию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Никитина В.А.

ООО «Агроинвест» «Согласовано»

Заведующий МДОУ № 95

Малышева А.Н.

**МЕНЮ**

**Пятница 1 неделя**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **ясли** | | **сад** | |
|  | **выход** | **ккал** | **выход** | **ккал** |
| **Завтрак** | | | | |
| Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 150 | 167,25 | 180/5 | 200,7 |
| Кофейный напиток | 150 | 99,0 | 180 | 118,8 |
| Масло сливочное | 8 | 59,2 | 10 | 74,0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 59,16 | 30 | 71,0 |
| **Итого:** | **333** | **384,61** | **405** | **464,5** |
| **Второй завтрак** | | | | |
| Сок | 150 | 63,33 | 180 | 76,0 |
| **Итого:** | **150** | **63,33** | **180** | **76,0** |
| **Обед** | | | | |
| Солянка по домашнему с курой | 150 | 99,0 | 200 | 132,0 |
| Птица (кура) тушенная в сметанном соусе | 60 | 93,69 | 70 | 109,13 |
| Макаронные изделия отварные | 110 | 205,19 | 130 | 205,19 |
| Напиток из смеси сухофруктов | 150 | 64,95 | 180 | 77,94 |
| Хлеб ржаной | 35 | 74,35 | 45 | 95,6 |
| **Итого:** | **505** | **537,18** | **625** | **619,86** |
| **Уплотненный полдник** | | | | |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 150 | 227,0 | 180 | 276,3 |
| Манник | 50 | 133,5 | 50 | 145,45 |
| Чай с низким содержанием сахара | 150 | 31,57 | 180 | 37,89 |
| **Итого:** | **350** | **392,07** | **410** | **459,64** |
| **Итого за день:** | **1348** | **1377,19** | **1620** | **1620,0** |

Медицинская сестра по питанию\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Никитина В.А.