

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ-детский сад №76
Семенова Е.С.



Специальное цикличное меню для детей 3-7 лет
(пребывание в дошкольном образовательном учреждении
10,5 часов)

СЕМЕНОВА Е.С.

Меню-раскладка
ДОУ 76, 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	196,44053	5,90158	6,25579	26,25368	150,000
Сыр 10 гр	34,08842	2,51789	2,59526	0,00000	10,000
Масло сливочное	22,44000	0,01526	2,47526	0,02421	3,000
Чай с сахаром	28,52474	0,00000	0,00000	6,81158	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	350,79369	10,71473	11,59631	48,11947	343,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	61,63158	0,83947	3,04263	6,85158	50,000
Суп из свежей рыбы с крупой.	90,55737	4,93368	2,60526	10,39737	150,000
Котлета мясная 60 гр	137,80368	9,95368	8,51474	2,10158	60,000
Макаронные изделия отварные 110 гр.	157,37842	3,93947	2,52316	27,89283	110,000
Компот из сухофруктов 150 гр,	59,54789	0,38316	0,02053	13,64211	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	584,31894	22,78946	17,15632	77,93527	560,000
Полдник					
Запеканка из творога 120 гр	418,19421	22,54842	24,23895	17,02263	120,000
Джем 15 г	36,26316	0,05474	0,00000	9,51053	15,000
Чай с сахаром	28,52474	0,00000	0,00000	6,81158	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	506,08211	23,36316	24,32895	38,35474	295,000
Всего:	1 487,19474	57,36735	53,18158	174,50948	1 298,000



Заведующий
(подпись)

СЕМЕНОВА Е.Е.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.

Меню-раскладка
ДОУ 76, Дети, 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	213,06841	5,98636	8,04477	26,97420	200,000
Масло сливочное 5гр	37,82500	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Кофейный напиток на молоке	121,41125	3,06148	3,08409	17,23193	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	63,13125	2,04250	0,24193	13,46443	40,000
Итого:	435,43591	11,11534	15,49579	57,71056	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 130 г	62,72727	0,67443	0,13489	13,62352	130,000
Итого:	62,72727	0,67443	0,13489	13,62352	130,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 60 гр	65,11443	1,03000	4,05602	7,32398	60,000
Рыба с овощами в омлете 220 гр.	238,25114	15,20977	14,45193	5,29182	220,000
Суп крестьянский с мясом со сметаной	158,36091	5,58909	8,48739	11,49261	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр					40,000
Компот из кураги 180 г	76,15898	0,52795	0,00000	18,46466	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	87,82614	3,17250	0,57682	20,09250	40,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,36250	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	649,07410	26,28931	27,66216	67,67557	710,000
Полдник					
Картофель в молоке	135,60102	3,22898	3,82523	19,73511	150,000
Чай с сахаром 100 гр	38,33068	0,00000	0,00000	9,08182	200,000
Печенье 30 гр	123,08750	2,75955	1,37977	20,37818	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,72500	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	343,74420	7,50853	5,38500	59,21511	400,000
Всего:	1 490,98148	45,58761	48,67784	198,22476	1 685,000
Ужин					
Картофель в молоке					150,000
Чай с сахаром 100 гр					200,000
Печенье 30 гр					30,000
Хлеб пшеничный 20 гр					20,000
Итого:					400,000
Всего:					1 685,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.

Меню-раскладка
ДОУ 76, 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	176,11200	5,21640	5,75640	24,95200	150,000
Масло сливочное	22,44000	0,01520	2,47520	0,02400	3,000
Кофейный напиток на молоке	94,63640	2,55880	2,59080	13,41560	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	362,48840	10,07040	11,09240	53,42160	333,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом 50 гр	53,48000	0,85840	3,37680	6,10360	50,000
Суп крестьянский с мясом со сметаной	131,55480	4,79720	7,35360	8,89960	150,000
Рыба с овощами в омлете	147,19400	12,05040	8,38800	2,67200	100,000
Компот из кураги 180 г	75,76800	0,53760	0,00000	18,58440	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	485,39680	20,98360	19,56840	53,80960	520,000
Полдник					
Картофель в молоке	102,23600	2,55200	3,00240	14,77200	110,000
Чай с сахаром	28,65240	0,00000	0,00000	6,86600	150,000
Вафли 30 гр	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	223,98840	3,95200	3,65240	42,82800	300,000
Всего:	1 117,87360	35,50600	34,41320	160,15920	1 253,000
Полдник					
Картофель в молоке	102,23600	2,55200	3,00240	14,77200	110,000
Чай с сахаром	28,65240	0,00000	0,00000	6,86600	150,000
Вафли 30 гр	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	223,98840	3,95200	3,65240	42,82800	300,000
Всего:	1 117,87360	35,50600	34,41320	160,15920	1 253,000
Полдник					
Картофель в молоке	102,23600	2,55200	3,00240	14,77200	110,000
Чай с сахаром	28,65240	0,00000	0,00000	6,86600	150,000
Вафли 30 гр	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	223,98840	3,95200	3,65240	42,82800	300,000
Всего:	1 117,87360	35,50600	34,41320	160,15920	1 253,000
Полдник					
Картофель в молоке	102,23600	2,55200	3,00240	14,77200	110,000
Чай с сахаром	28,65240	0,00000	0,00000	6,86600	150,000
Вафли 30 гр	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	223,98840	3,95200	3,65240	42,82800	300,000
Всего:	1 117,87360	35,50600	34,41320	160,15920	1 253,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

CEMLHOBA E.C

углеводы, г Выход блюда,

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 130 гр	215,27526	11,69789	14,52579	3,98053	130,000
Сыр 10 гр	32,42105	2,39211	2,46579	0,00000	10,000
Масло сливочное	22,44000	0,01526	2,47526	0,02421	3,000
Чай сладкий с лимоном	41,19737	0,03316	0,00368	9,71158	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	380,63368	16,41842	19,74052	28,74632	323,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	54,99000	0,46789	0,35105	12,05105	150,000
Итого:	54,99000	0,46789	0,35105	12,05105	150,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	69,73000	0,83211	4,44789	6,33526	60,000
Суп из овощей со сметаной 0,200	98,51421	1,39421	5,43789	9,37947	200,000
Печень говяжья по-строгановски	137,33263	15,06263	6,17211	2,45263	60,000
Картофельное пюре.	137,67000	3,51053	4,22632	19,38842	120,000
Напиток из шиповника	65,25368	0,28579	0,00000	15,78368	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	632,10052	25,34527	20,91421	80,90946	650,000
Полдник					
Каша рисовая молочная со сливоч. маслом	156,64474	4,45316	5,77632	19,83158	150,000
Чай с сахаром	28,52474	0,00000	0,00000	6,81158	150,000
Зефир 35 гр	106,40000	0,28000	0,00000	27,47526	35,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	314,66948	5,49316	5,86632	59,12842	345,000
Всего:	1 382,39368	47,72474	46,87210	180,83525	1 468,000

Заведующий
(должность)



СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)



Меню-раскладка
ДОУ 76, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Суп молочный с лапшой 0,200	156,70840	4,80691	4,24136	21,62568	200,000
Масло сливочное 5гр	37,86173	0,02506	4,12506	0,04000	5,000
Какао с молоком	115,04333	3,31963	3,33321	16,13198	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	139,59815	4,55531	0,53951	30,02914	40,000
Итого:	449,21161	12,70691	12,23914	67,82680	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 130 г	62,46914	0,67099	0,13420	13,55395	130,000
Итого:	62,46914	0,67099	0,13420	13,55395	130,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	39,24864	0,65000	2,04802	5,64802	50,000
Суп гороховый с мясом	161,02864	8,03506	5,95000	15,82000	250,000
Жаркое по-домашнему	247,75778	10,35778	13,22000	16,00148	230,000
Компот из кураги 180 г	76,22247	0,52790	0,00000	18,46469	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	105,69506	3,82148	0,69481	24,20272	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,77037	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	676,72296	24,91222	22,09283	90,15691	770,000
Полдник					
Чай с сахаром	38,36790	0,00000	0,00000	9,08185	200,000
Сдоба обыкновенная 60 гр	213,20580	5,54296	4,01210	33,78272	60,000
Итого:	251,57370	5,54296	4,01210	42,86457	260,000
Всего:	1 439,97741	43,83308	38,47827	214,40223	1 605,000
Завтрак					
Суп молочный с лапшой 0,200	156,70840	4,80691	4,24136	21,62568	200,000
Масло сливочное 5гр	37,86173	0,02506	4,12506	0,04000	5,000
Какао с молоком	115,04333	3,31963	3,33321	16,13198	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	139,59815	4,55531	0,53951	30,02914	40,000
Итого:	449,21161	12,70691	12,23914	67,82680	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 130 г	62,46914	0,67099	0,13420	13,55395	130,000
Итого:	62,46914	0,67099	0,13420	13,55395	130,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	39,24864	0,65000	2,04802	5,64802	50,000
Суп гороховый с мясом	161,02864	8,03506	5,95000	15,82000	250,000
Жаркое по-домашнему	247,75778	10,35778	13,22000	16,00148	230,000
Компот из кураги 180 г	76,22247	0,52790	0,00000	18,46469	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	105,69506	3,82148	0,69481	24,20272	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,77037	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	676,72296	24,91222	22,09283	90,15691	770,000
Полдник					
Чай с сахаром	38,36790	0,00000	0,00000	9,08185	200,000
Сдоба обыкновенная 60 гр	213,20580	5,54296	4,01210	33,78272	60,000
Итого:	251,57370	5,54296	4,01210	42,86457	260,000
Всего:	1 439,97741	43,83308	38,47827	214,40223	1 605,000

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.



Меню-раскладка
ДОУ 76, Ясли 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Суп молочный с лапшой 0,200	117,08579	3,38000	3,01632	17,01947	200,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02526	4,12526	0,04000	5,000
Какао с молоком	100,34895	2,99105	3,05895	13,93421	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	324,13474	8,67631	10,47053	46,02368	385,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	21,38421	0,39000	1,02895	3,38895	30,000
Суп гороховый с мясом	138,34421	7,15632	4,86263	14,36105	200,000
Жаркое по-домашнему	223,60263	10,04421	9,29579	20,96842	180,000
Компот из кураги	63,73526	0,46053	0,00000	15,63947	150,000
Хлеб ржаной 30 гр	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 15 гр	34,65000	1,14000	0,13526	7,51526	15,000
Итого:	536,01631	21,17106	15,68263	74,41315	605,000
Полдник					
Чай с сахаром	28,52474	0,00000	0,00000	6,81158	150,000
Сдоба обыкновенная 60 гр	211,81368	5,58474	4,02842	33,95105	60,000
Итого:	240,33842	5,58474	4,02842	40,76263	210,000
Всего:	1 146,48947	35,93211	30,28158	171,29946	1 300,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю



Меню-раскладка
ДОУ 76, Дети, 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	229,74402	6,58184	8,05828	27,92333	200,000
Масло сливочное 5гр	37,82989	0,02506	4,12506	0,04000	5,000
Кофейный напиток с молоком 200 гр	106,74943	2,82701	2,81598	14,24943	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	76,20345	2,47218	0,29276	16,29690	40,000
Итого:	450,52679	11,90609	15,29208	58,50966	445,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	73,01207	0,61448	0,46092	15,82299	150,000
Итого:	73,01207	0,61448	0,46092	15,82299	150,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.масл. 60гр.	82,64448	1,65931	3,71276	9,02253	60,000
Суп с клецками с мясом кури Бигус с мясом кури	161,81494	7,29770	7,94115	11,58713	200,000
	413,44345	22,98138	25,63759	14,55885	230,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,88402	0,43989	0,02379	15,37425	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	93,62069	3,38345	0,61517	21,42851	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,73103	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	866,13861	37,28173	38,11046	81,99127	730,000
Полдник					
Йогурт питьевой 160 г	156,32184	9,10000	5,82402	15,47000	160,000
Запеканка из творога с рисом 120 г	383,83092	18,79379	25,91678	18,11540	120,000
Сгущенное молоко 18 гр	67,12644	1,49437	1,76425	11,62333	18,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,36552	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	630,64472	30,14816	33,59505	50,21873	308,000
Всего:	2 020,32219	79,95046	87,45851	206,54265	1 633,000
Полдник					
Йогурт питьевой 160 г	156,32184	9,10000	5,82402	15,47000	160,000
Запеканка из творога с р	383,83092	18,79379	25,91678	18,11540	120,000
Сгущенное молоко 18 гр	67,12644	1,49437	1,76425	11,62333	18,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,36552	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	630,64472	30,14816	33,59505	50,21873	308,000
Всего:	2 020,32219	79,95046	87,45851	206,54265	1 633,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.

Меню-раскладка
ДОУ 76, 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	206,91333	6,42500	6,55917	26,81292	150,000
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Кофейный напиток с молоком 150 гр	94,54792	2,77500	2,81583	11,92958	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	408,16125	11,50500	13,77000	53,81250	335,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	44,06250	0,37500	0,28125	9,65625	150,000
Итого:	44,06250	0,37500	0,28125	9,65625	150,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.масл. 60гр	102,21208	1,58375	5,72333	8,87042	60,000
Суп с клецками с мясом кури	143,65583	7,07833	7,51292	8,83042	150,000
Бигус с мясом кури	306,91083	17,96667	19,09083	10,30583	180,000
Компот из сухофруктов 150 гр,	58,76250	0,36667	0,02000	13,49292	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 15 гр	34,65000	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
Итого:	700,49124	30,11542	32,84208	61,55459	585,000
Полдник					
Йогурт питьевой 130 г	122,40000	7,20000	4,60792	12,24000	130,000
Запеканка из творога с рисом 120 г	362,58083	17,39125	24,09708	19,16292	120,000
Сгущенное молоко 15 гр	48,66667	1,09458	1,29208	8,51208	15,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	556,74750	26,44583	30,08708	44,92500	275,000
Всего:	1 709,46249	68,44125	76,98041	169,94834	1 345,000
Полдник					
Йогурт питьевой 130 г	122,40000	7,20000	4,60792	12,24000	130,000
Запеканка из творога с р	362,58083	17,39125	24,09708	19,16292	120,000
Сгущенное молоко 15 гр	48,66667	1,09458	1,29208	8,51208	15,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	556,74750	26,44583	30,08708	44,92500	275,000
Всего:	1 709,46249	68,44125	76,98041	169,94834	1 345,000
Полдник					
Йогурт питьевой 130 г	122,40000	7,20000	4,60792	12,24000	130,000
Запеканка из творога с р	362,58083	17,39125	24,09708	19,16292	120,000
Сгущенное молоко 15 гр	48,66667	1,09458	1,29208	8,51208	15,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	556,74750	26,44583	30,08708	44,92500	275,000
Всего:	1 709,46249	68,44125	76,98041	169,94834	1 345,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.

Меню-раскладка
ДОУ 76, 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	196,64037	6,02407	6,09926	26,57889	150,000
Масло сливочное	22,44000	0,01519	2,47519	0,02407	3,000
Какао с молоком	97,75000	2,85926	2,97000	13,66296	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	386,13037	11,17852	11,81445	55,29592	333,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр.	69,73000	0,83185	4,44741	6,33556	60,000
Суп картофельный вегетарианский со сметаной 0,18	74,80667	1,28926	3,05444	9,37926	180,000
Голубцы ленивые в молочном соусе.	176,75963	12,95333	11,20889	13,90222	180,000
Компот из сухофруктов 150 гр.	58,67815	0,36370	0,01963	13,46889	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	480,47445	18,93814	19,27037	65,64593	620,000
Полдник					
Йогурт питьевой 130 г	120,88889	7,11111	4,55111	12,08889	130,000
Запеканка из творога 120 гр	332,63333	16,18111	18,91111	16,00185	120,000
Джем 15 г	42,20370	0,06370	0,00000	11,06852	15,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	518,82592	24,11592	23,55222	44,16926	275,000
Всего:	1 431,43074	54,73258	54,73704	175,21111	1 328,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю



Меню-раскладка
ДОУ 76, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	196,89564	10,18234	13,60904	2,79638	150,000
Масло сливочное 5гр	37,79787	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Сыр 10 гр	43,43830	3,18085	3,27872	0,00000	10,000
Чай сладкий с лимоном	55,29202	0,04234	0,00436	12,93745	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	93,38298	3,04000	0,36000	20,04000	40,000
Итого:	426,80681	16,47053	21,37712	35,81383	405,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 130 г	63,61702	0,68457	0,13691	13,82840	130,000
Итого:	63,61702	0,68457	0,13691	13,82840	130,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	39,18245	0,65000	2,04798	5,64798	50,000
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	159,92702	5,83596	6,77968	15,89266	200,000
Рагу из овощей 150г	97,76606	1,60543	3,74543	12,90702	150,000
Рыба, запеченная в молочном соусе 80 гр.	117,52170	11,23394	4,72628	4,34170	80,000
Итого:	391,59723	17,32533	16,59934	38,79736	480,000
Напиток из шиповника	75,95957	0,31957	0,00000	18,17447	200,000
Хлеб ржаной 40 гр	84,53085	3,05426	0,55532	19,34362	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	49,64043	1,61702	0,19149	10,65957	20,000
Итого:	624,52808	24,31618	18,04618	86,96702	1 740,000
Полдник					
Каша рисовая молочная со сливоч. маслом	210,35181	5,48351	7,90638	26,23330	200,000
Чай с сахаром	49,79415	0,00000	0,00000	11,80638	200,000
Зефир 35 гр	107,53191	0,28000	0,00000	27,47500	35,000
Итого:	367,67787	5,76351	7,90638	65,51468	435,000
Всего:	1 482,62978	47,23479	47,46659	202,12393	2 710,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

СЕМЕНОВА Е.С.



Меню-раскладка
ДОУ 76, Дети, 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	215,29266	6,08553	8,13479	27,24691	200,000
Масло сливочное 5гр	37,79787	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Какао с молоком	113,56362	3,24277	3,28117	16,02926	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	68,80851	2,23149	0,26426	14,71021	40,000
Итого:	435,46266	11,58479	15,80522	58,02638	445,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	67,57500	0,56872	0,42660	14,64468	150,000
Итого:	67,57500	0,56872	0,42660	14,64468	150,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	39,18245	0,65000	2,04798	5,64798	50,000
Ци-со сметаной	83,51936	1,67617	3,74085	10,35064	200,000
Бефстроганов из отварного мяса говядины 70 гр	193,77404	11,41532	11,84979	5,09468	70,000
Картофельное пюре	187,19681	4,31883	4,94489	27,71160	150,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,81787	0,43989	0,02372	15,37426	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	83,76064	3,02617	0,55021	19,16574	40,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,34574	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	678,59691	22,28638	23,24744	88,35490	1700,000
Полдник					
Йогурт питьевой 160 гр	153,72340	8,95426	5,73074	15,22223	160,000
Макаронные изделия отварные с сыром 180 гр	238,17926	7,34723	7,36926	30,49500	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,69149	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	438,59415	17,82149	13,28000	55,73723	360,000
Всего:	1 620,22872	52,26138	52,75926	216,76319	2 655,000
Полдник					
Макаронные изделия от сырым 180 гр				30,49500	180,000
Хлеб пшеничный 20 гр				10,02000	20,000
Итого:				40,51500	200,000
Всего:				216,76319	2 655,000

Заведующий

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.

(расшифровка подписи)

Утверждаю: _____
СЕМЕНОВА Е.С.
[Подпись]
[Печать: Российская Федерация, Министерство культуры, Екатеринбург, ОГРН 1037601784953]
Углеводы, г Выход блюда, г

Меню-раскладка
ДОУ 76, 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	164,51333	4,91000	5,55238	22,77381	150,000
Масло сливочное	22,44000	0,01524	2,47524	0,02381	3,000
Какао с молоком	88,16857	2,43048	2,47286	12,93762	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	344,42190	9,63572	10,77048	50,76524	333,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	49,35000	0,42000	0,31524	10,81524	150,000
Итого:	49,35000	0,42000	0,31524	10,81524	150,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	21,96429	0,39000	1,05286	3,38857	30,000
Щи со сметаной	68,88619	1,50381	3,16857	8,18857	150,000
Бефстроганов из отварного мяса говядины 50 гр.	154,70667	9,61762	9,46286	4,01714	50,000
Картофельное пюре	137,67000	3,51095	4,22667	19,38857	120,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,48333	0,44667	0,02429	15,43667	180,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	528,11048	18,20905	18,38525	67,96952	570,000
Полдник					
Йогурт питьевой 130 г	106,08810	6,24000	3,99381	10,60810	130,000
Макаронные изделия отварные с сыром 180 гр	209,32714	6,17476	6,62190	27,40190	150,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	338,51524	13,17476	10,70571	43,02000	290,000
Всего:	1 260,39762	41,43953	40,17668	172,57000	1 343,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

СЕМЕНОВА Г.С.

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	226,75169	6,29191	7,67404	28,17270	200,000
Масло сливочное 5гр	37,82022	0,02506	4,12506	0,04000	5,000
Чай с сахаром	38,32584	0,00000	0,00000	9,08180	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	54,50562	1,75910	0,20831	11,59618	40,000
Итого:	357,40337	8,07607	12,00741	48,89068	445,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	71,37135	0,60067	0,45056	15,46742	150,000
Итого:	71,37135	0,60067	0,45056	15,46742	150,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр.	80,25584	1,04933	3,69820	8,81258	60,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной.	229,74000	9,12562	10,11876	20,69169	200,000
Котлета из мяса кури.	133,79944	18,35674	3,45236	4,53663	80,000
Свеколя тушеная со сметаной	124,20225	2,51303	5,33303	17,47562	150,000
Напиток из шиповника	76,00449	0,31955	0,00000	18,17449	200,000
Хлеб ржаной 40 гр	87,85618	3,17393	0,57708	20,10157	40,000
Хлеб пшеничный 10 гр	23,35955	0,76000	0,09000	5,01000	10,000
Итого:	755,21775	35,29820	23,26943	94,80258	740,000
Полдник					
Сырники из творога 100	360,35191	16,32022	19,20843	20,64382	100,000
Сгущенное молоко 18 гр	65,61798	1,46079	1,72461	11,36213	18,000
Чай сладкий с лимоном	55,32472	0,04225	0,00438	12,93742	200,000
Зефир 40 гр	122,96629	0,32000	0,00000	31,40000	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,71910	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	650,98000	19,66326	21,11742	86,36337	378,000
Всего:	1 834,97247	63,63820	56,84482	245,52405	1 713,000

Заведующий
(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

СЕМЕНОВА Е.С.

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная вязкая молочная со сливочным маслом	202,27955	6,38909	5,44500	29,19318	150,000
Масло сливочное	22,44000	0,01500	2,47500	0,02409	3,000
Чай с сахаром	28,42500	0,00000	0,00000	6,81136	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр.	48,30000	1,58909	0,18818	10,47545	30,000
Итого:	301,44455	7,99318	8,10818	46,50408	333,000
Завтрак второй					
Груша 150 гр.	63,45000	0,54000	0,40500	13,90500	150,000
Итого:	63,45000	0,54000	0,40500	13,90500	150,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр.	78,47818	1,02864	3,69227	8,63955	60,000
Суп-лапша с мясом кури со сметаной	131,25500	4,80182	6,36955	11,06136	150,000
Котлета из мяса кури.	92,15318	12,29182	2,57773	3,12909	60,000
Свекла, тушеная со сметаной	78,03818	1,93409	2,36455	13,89136	120,000
Напиток из шиповника	65,57091	0,29045	0,00000	15,86182	150,000
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 10 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	545,99545	23,84682	15,54410	75,14318	590,000
Полдник					
Смущенное молоко 15 гр	46,10909	1,03682	1,22409	8,06409	15,000
Сырники из творога 100	331,86500	13,91545	16,49091	20,46727	100,000
Чай сладкий с лимоном	41,14500	0,03455	0,00364	9,71818	150,000
Зефир 35 гр	106,40000	0,28000	0,00000	27,47500	35,000
Итого:	525,51909	15,26682	17,71864	65,72454	300,000
Всего:	1 436,40909	47,64682	41,77592	201,27680	1 373,000

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

СЕМЕНОВА Е.С.

Меню-раскладка
ДОУ 76, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	227,73511	6,36333	7,91067	26,37867	200,000
Масло сливочное 5гр	37,81556	0,02500	4,12500	0,04000	5,000
Кофейный напиток на молоке	114,96744	2,82056	2,81600	16,94422	200,000
Хлеб пшеничный 40 гр	93,42667	3,04000	0,36000	20,04000	40,000
Итого:	473,94478	12,24889	15,21167	63,40289	445,000
Завтрак второй					
Сок фруктовый 130 г	61,33333	0,65944	0,13189	13,32078	130,000
Итого:	61,33333	0,65944	0,13189	13,32078	130,000
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	39,20078	0,65000	2,04800	5,64800	50,000
Борщ с мясом со сметаной	109,01567	5,13211	8,35111	5,27656	200,000
Рыба, запеченная в молочном соусе 80 гр	91,34122	8,01178	2,22322	4,26244	80,000
Рис припущенный с овощами	168,12244	2,94911	6,05256	23,33900	130,000
Компот из сухофруктов 180гр	67,86644	0,43989	0,02378	15,37483	180,000
Хлеб ржаной 40 гр	90,29889	3,26333	0,59333	20,66778	40,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,71333	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	612,55877	21,96622	19,47200	84,58811	700,000
Полдник					
Кефир 160 г	95,61689	4,72911	5,40467	6,92478	160,000
Манник (68 гр)	279,00733	5,15522	7,52800	42,19311	68,000
Итого:	374,62422	9,88433	12,93267	49,11789	228,000
Всего:	1 522,46110	44,75888	47,74823	210,42967	1 503,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

Утверждаю



Меню-раскладка
ДОУ 76, Ясли 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным 180г	206,45684	6,10263	6,69053	25,25579	180,000
Масло сливочное	22,44000	0,01526	2,47526	0,02421	3,000
Кофейный напиток на молоке	99,95263	2,79000	2,81579	13,85263	150,000
Хлеб пшеничный 30 гр	69,30000	2,28000	0,27000	15,03000	30,000
Итого:	398,14947	11,18789	12,25158	54,16263	363,000
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Борщ с мясом со сметаной	95,54263	4,54579	6,69316	6,59632	150,000
Рыба, запеченная в молочном соусе 80 гр	85,33842	7,36158	2,18895	4,33000	80,000
Рис припущенный с овощами	131,55684	2,42053	4,46211	19,20789	100,000
Компот из сухофруктов 180гр	69,49842	0,45526	0,02474	15,92316	180,000
Хлеб ржаной 30 гр	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	482,43631	18,28316	13,90896	68,61737	560,000
Полдник					
Кефир 160 г	79,22526	3,96105	4,52737	5,80053	160,000
Манник (50 гр)	232,83737	5,72211	7,28105	32,08211	50,000
Итого:	312,06263	9,68316	11,80842	37,88264	210,000
Всего:	1 238,64841	39,65421	38,06896	170,76264	1 233,000

Заведующий
(должность)

(подпись)

СЕМЕНОВА Е.С.
(расшифровка подписи)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430530

Владелец Семенова Елена Сергеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025