

Десятидневное меню: Сад 2023 - лето 2024-2025 (Копия)

День	Завтрак	2й завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес" 180 2. Какао с молоком 180 3. Печенье 30	1. Яблоко свежее 88	1. Бульон из кури 200 2. Гренки из пшеничного хлеба 13 3. Плов из птицы 200 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из сухофруктов 180 6. Салат из свеклы 60	1. Ватрушка с творогом 70 2. Молоко кипяченое 200	Б: 51,148 (5,2%) Ж: 54,548 (1%) У: 190,735 (-18,8%) К: 1447,007 (-10,7%)
День 2	1. Омлет натуральный 150 2. Кофейный напиток 180 3. Бутерброд с маслом 45	1. Ряженка 174,6 2. Пряник 30	1. Суп картофельный с бобовыми (м.г,горох) на курином бульоне 200 2. Тефтели 80 3. Греча отварная 120 4. Соус сметанный с луком 40 5. Хлеб ржано-пшеничный 45 6. Компот из свежих фруктов 200	1. Пюре картофельное 150 2. Котлета рыбная 80 3. Чай с сахаром и лимоном 180 4. Батон нарезной обогащенный 50 5. Салат из моркови 60	Б: 83,658 (72,1%) Ж: 69,175 (28,1%) У: 225,403 (-4%) К: 1844,749 (13,9%)
День 3	1. Суп молочный с макаронными изделиями 200 2. Какао с молоком 180 3. Бутерброд с сыром 59,1	1. Апельсин 100,5	1. Свекольник на курином бульоне 200 2. Печень по-строгановски 75 3. Пюре картофельное 150 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из сухофруктов 180 6. Салат из белокачанной капусты 60	1. Капуста тушеная 190 2. Булочка домашняя 70 3. Яйца вареные 20 4. Чай с сахаром и лимоном 180	Б: 59,924 (23,3%) Ж: 60,326 (11,7%) У: 200,344 (-14,7%) К: 1577,562 (-2,6%)
День 4	1. Запеканка творожная 100 2. Молоко сгущенное 30 3. Бутерброд с маслом 45 4. Кофейный напиток 180	1. Банан 90	1. Суп картофельный с рыбой 200 2. Гуляш из кури 80/75 3. Макароны отварные с маслом 120 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из свежих фруктов 200 6. Салат из свежих помидоров и огурцов 60	1. Жаркое по домашнему с курой 220 2. Батон нарезной обогащенный 50 3. Компот из сухофруктов 180	Б: 78,621 (61,8%) Ж: 58,699 (8,7%) У: 220,651 (-6,1%) К: 1704,595 (5,2%)

День 5	1. Каша вязкая манная молочная 180 2. Бутерброд с сыром 59,1 3. Какао с молоком 180	1. Йогурт питьевой 174,6 2. Печенье 30	1. Суп картофельный с вермишелью 200 2. Мясо куриное тушеное с овощами 200 3. Хлеб ржано-пшеничный 45 4. Компот из сухофруктов 180	1. Мясные ёжики 80 2. Капуста тушеная 140 3. Батон нарезной обогащенный 50 4. Чай с сахаром и лимоном 180	Б: 56,843 (17%) Ж: 52,831 (-2,2%) У: 213,366 (-9,2%) К: 1564,726 (-3,4%)
День 6	1. Каша вязкая пшеничная молочная 180 2. Кофейный напиток 180 3. Печенье 30	1. Яблоко свежее 88	1. Суп картофельный с клецками 200 2. Кура, тушеная в сметанном соусе 100 3. Рис отварной 130 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из свежих фруктов 200 6. Салат из моркови 60	1. Сырники творожные со сгущенным молоком 120 2. Ряженка 174,6	Б: 76,306 (57%) Ж: 62,401 (15,6%) У: 214,642 (-8,6%) К: 1729,307 (6,7%)
День 7	1. Омлет натуральный 150 2. Какао с молоком 180 3. Бутерброд с маслом 45	1. Ряженка 174,6 2. Пряник 30	1. Щи из свежей капусты на курином бульоне 200 2. Суфле рыбное 80/22 3. Пюре картофельное 150 4. Соус сметанный с луком 40 5. Хлеб ржано-пшеничный 45 6. Компот из сухофруктов 180 7. Салат из свеклы 60	1. Оладьи со сгущенным молоком 120 2. Чай с сахаром и лимоном 180	Б: 63,383 (30,4%) Ж: 62,501 (15,7%) У: 192,219 (-18,2%) К: 1589,767 (-1,9%)
День 8	1. Каша гречневая молочная жидкая 180 2. Кофейный напиток 180 3. Бутерброд с сыром 59,1	1. Апельсин 100,5	1. Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на курином бульоне 200 2. Макароны отварные с маслом 120 3. Печень по-строгановски 75 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из свежих фруктов 200	1. Запеканка картофельная с отварным мясом 180 2. Батон нарезной обогащенный 50 3. Салат из свежих помидоров и огурцов 60 4. Компот из сухофруктов 180	Б: 70,445 (44,9%) Ж: 56,395 (4,4%) У: 215,829 (-8,1%) К: 1622,946 (0,2%)
День 9	1. Пудинг из творога с яблоками 150/30 2. Какао с молоком 180 3. Бутерброд с маслом 45	1. Банан 90	1. Рассольник на курином бульоне 200 2. Греча отварная 120 3. Котлета из говядины 70 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из сухофруктов 180 6. Салат из свеклы 60	1. Пирожки печеные с капустой и яйцом 80 2. Чай с сахаром и лимоном 180	Б: 69,832 (43,7%) Ж: 65,396 (21,1%) У: 209,274 (-10,9%) К: 1705,32 (5,3%)

День 10	1. Каша вязкая манная молочная 180 2. Кофейный напиток 180 3. Бутерброд с сыром 59,1	1. Йогурт питьевой 174,6 2. Печенье 30	1. Борщ с капустой и картофелем 200 2. Пюре картофельное 150 3. Тефтели рыбные в соусе 80/40 4. Хлеб ржано-пшеничный 45 5. Компот из свежих фруктов 200 6. Гренки из пшеничного хлеба 13 7. Салат из свежих огурцов 60	1. Капуста тушеная с куриным мясом и рисом 220 2. Батон нарезной обогащенный 50 3. Чай с сахаром и лимоном 180	Б: 69,453 (42,9%) Ж: 67,944 (25,8%) У: 254,426 (8,3%) К: 1893,332 (16,9%)
---------	--	---	--	--	--

Заведующий: _____ / Линецкая Анна Дмитриевна

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: ef8c8bd3-aebf-4be7-8d77-3c02756c7461

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ОТПРАВЛЕНО **МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД №4"**, Линецкая Анна Дмитриевна, Заведующий **26.12.23** 14:11 (MSK) Сертификат 00EDCA1E191B3F40976F314A481D02A7C6