

Меню с 23 декабря по 28 декабря 2024 г.

23.12.2024	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет		Возрастная категория: с 3 до 7 лет	
		масса порции	энерг. ценность	масса порции	энерг. ценность
		гр.	ккал	гр.	ккал
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150.0	149,70	190.0	189,62
	Кофейный напиток с молоком	180.0	79,20	190.0	83,60
	Бутерброд с сыром	20.0	61,77	30.0	92,67
	итого	350.0	290,67	410.0	365,89
2-й завтрак	Чай с сахаром	150.0	28,50	180.0	34,20
	печенье	10,0	41,40	15,0	62,10
	итого	160.0	69,90	195.0	96,30
Обед	Салат из свеклы с чесноком	40.0	36,00	50.0	45,00
	Рассольник Ленинградский	160.0	68,00	200.0	85,00
	Сметана 15%	10.0	15,76	10.0	15,76
	Плов из говядины	150.0	206,15	210.0	285,16
	Компот из свежих яблок	180.0	87,84	200.0	97,60
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	40.0	84,00	50.0	105,00
	итого	580.0	497,75	720.0	633,52
Полдник	Пряники заварные	35.0	128,10	50.0	183,00
	Ряженка 2,5 %	170.0	85,85	200.0	101,00
	итого	220.0	213,95	250.0	284,00
Ужин	Омлет натуральный	130,0	218,00	150.0	251,54
	Напиток клюквенный	150,0	30,75	200,00	41,00
	Батон нарезной	20,0	52,40	30,00	78,60
	Салат из солёных огурцов с луком	35.0	24,00	60.0	41,14
	Апельсин	95.0	40,85	100.0	43,00
	итого	430,0	366,00	540.0	455,28
Итого за 23.12.2024			1438,37		1834,99

24.12.2024	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет		Возрастная категория: с 3 до 7 лет	
		масса порции	энерг. ценность	масса порции	энерг. ценность
		гр.	ккал	гр.	ккал
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150.0	151,35	190.0	191,71
	Какао с молоком	180.0	84,0	190.0	89,30
	Бутерброд с джемом	20.0	58,55	30.0	87,81
	итого	350.0	293,90	410.0	368,82
2-й завтрак	Кефир 2,5%	150.0	75,75	180.0	90,90
	итого	150.0	75,75	180.0	90,90
Обед	Салат картофельный с зелёным горошком	35.0	34,30	55.0	53,90
	Свекольник	150.0	56,25	200.0	75,00
	Сметана 15%	5.0	7,88	5,0	7,88
	Рулет из говядины с луком и яйцом	50.0	86,67	70.0	121,36
	Соус сметанный	25.0	24,93	30.0	29,92
	Макаронные изделия отварные	110,0	146,63	130,0	173,29
	Напиток из шиповника	150.0	58,50	180.0	70,00
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	40.0	84,00	50.0	105,00
	итого	565.0	499,16	720.0	636,35
Полдник	Сок яблочный	170.00	73,10	200.0	86,00
	Булочка дорожная	40.0	144,00	50.0	180,00

	итого	210.0	217,10	250.0	266,00
Ужин	Запеканка морковная с творогом	130.0	198,47	150.0	229,00
	Соус молочный сладкий	20.0	17,84	35.0	31,22
	Кисель из сока плодов или ягод	150.0	67,50	200.0	90,00
	Салат из свеклы с яблоками	30.0	30,60	60.0	61,20
	Яблоко	95.0	41,80	100.0	44,00
	итого	425.0	356,21	545.0	455,42
Итого за 24.12.2024			1442.12		1817.49

25.12.2024	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет		Возрастная категория: с 3 до 7 лет	
		масса порции	энерг. ценность	масса порции	энерг. ценность
		гр.	ккал	гр.	ккал
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150.0	160,50	200.0	214,00
	Чай с молоком	180.0	57,60	200.0	64,00
	Бутерброд с маслом	20.0	68,85	25.0	86,06
	итого	355.0	286,95	425.0	364,06
2-й завтрак	Кисель из ягод свежих	150.0	67,50	180.0	86,12
	итого	150.0	67,50	180.0	86,12
Обед	Винегрет овощной	30.0	26,10	50.0	43,50
	Суп крестьянский с крупой	150.0	57,47	200.0	76,60
	Сметана 15%	5.0	7,88	5.0	7,88
	Запеканка картофельная с печенью	140.0	180,25	190.0	231,77
	Соус, сметанный натуральный	25.0	49,85	30.0	59,82
	Компот из плодов консервированных	150.0	114,00	180.0	136,80
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	30.0	63,00	40.0	84,00
	итого	530.0	498,53	695.0	640,37
Полдник	Простокваша м.д.ж. 2.5%	160.0	80,80	210.0	106,05
	Шанежка наливная	40.0	125,34	50.0	156,68
	итого	200.0	206,14	260.0	262,73
Ужин	Рагу из овощей	130.0	123,50	190.0	180,50
	Батон нарезной	20.0	52,40	30.0	79,32
	Яйцо вареное	20.0	31,50	20.0	31,50
	Компот из апельсина с яблоками	150.0	50,25	200.0	67,00
	Банан	95.0	90,25	100.0	95,00
	итого	415.0	347,90	540.0	453,30
Итого за 25.12.2024			1407,04		1801.46

26.12.2024	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет		Возрастная категория: с 3 до 7 лет	
		масса порции	энерг. ценность	масса порции	энерг. ценность
		гр.	ккал	гр.	ккал
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150.0	135,46	200.0	180,61
	Кофейный напиток с молоком	180.0	79,2	200.0	88,00
	Бутерброд с сыром	20.0	61,78	30.0	92,67
	итого	350.0	276,40	430.0	361,28
2-й завтрак	Чай с сахаром	150.0	28,50	180.0	34,20
	Батон нарезной	10,0	26,44	15,0	39,30
	Масло сливочное	3,0	19,83	4,0	26,44
	итого	163.0	74,77	199.0	99,94
Обед	Салат из свеклы с солёными огурцами	30,0	25,50	50,0	42,50

	Суп картофельный с макарон. изделиями	150,0	62,70	200,0	79,42
	Бульон куриный	105,0	45,35	133,0	57,45
	Суфле из птицы	50,0	119,75	70,00	159,25
	Капуста тушёная	110,0	82,50	130,0	97,96
	Компот из свежих яблок	160,0	78,08	190,0	92,72
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	40,0	84,00	50,0	105,00
	итого	540,0	499,33	690,0	634,30
Полдник	Ряженка 2.5%	170,00	85,85	200,0	101,00
	Пряники заварные	35,00	128,10	50,0	180,00
	итого	205,00	213,95	250,0	281,00
Ужин	Апельсин	95,0	40,85	100,0	43,00
	Запеканка рисовая с творогом	130,0	207,13	160,0	254,93
	Соус молочный сладкий	20,0	17,84	35,0	31,22
	Компот из плодов и ягод сушёных	150,0	54,00	200,0	72,00
	Салат из моркови и зеленого горошка	30,0	26,70	60,0	53,40
	итого	425,0	345,62	555,0	452,75
Итого за 26.12.2024			1409,49		1829,27

27.12.2024	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет		Возрастная категория: с 3 до 7 лет	
прием пищи		масса порции	энерг. ценность	масса порции	энерг. ценность
		гр.	ккал	гр.	ккал
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая	150,0	150,03	200,0	200,04
	Какао с молоком	180,0	84,6	180,0	84,60
	Бутерброд с джемом	20,0	58,55	30,0	87,81
	итого	350,0	283,54	410,0	372,45
2-й завтрак	Кефир 2,5%	150,0	75,75	190,0	95,95
	итого	150,0	75,75	190,0	95,95
Обед	Салат картофельный с солёными огурцами	35,0	34,00	60,0	57,60
	Борщ с картофелем	160,0	57,12	200,0	71,40
	Сметана 15%	10,0	15,75	10,0	15,75
	Тефтели из говядины в молочном соусе	50,0	85,50	70,0	119,70
	Макаронные изделия отварные	110,0	139,59	130,0	164,97
	Компот из апельсинов	150,0	103,95	180,0	124,74
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	30,0	63,00	40,0	84,00
	итого	545,0	498,91	690,0	638,16
Полдник	Сок яблочный	170,0	73,10	200,0	86,00
	Ватрушка лакомка	35,0	136,73	50,0	195,33
	итого	205,0	209,83	250,0	281,33
Ужин	Биточки из трески с овощами, с соусом	50,0	102,50	70,0	143,50
	Пюре из овощей	110,0	82,92	130,0	98,00
	Кисель из повидла, джема, варенья	150,0	82,50	190,0	104,50
	Батон нарезной	20,0	52,40	25,0	65,50
	Яблоко	95,0	41,80	100,0	44,00
	итого	425,0	362,12	515,0	455,50
Итого за 27.12.2024			1430,15		1843,39

28.12.2024	наименование блюда	Возрастная категория: с 1 до 3 лет		Возрастная категория: с 3 до 7 лет	
прием пищи		масса порции	энерг. ценность	масса порции	энерг. ценность
		гр.	ккал	гр.	ккал

Завтрак	Каша из оvs. хлопьев Геркулес жидкая	150.0	151,35	190.0	191,71
	Кофейный напиток с молоком	180.0	79,20	190.0	83,60
	Бутерброд с джемом	20.0	58,55	30.0	87,81
	итого	350.0	289,10	410.0	363,12
2-й завтрак	Чай с сахаром	150.0	28,50	180.0	34,20
	Печенье затяжное	10,0	41,40	15,0	62,10
	итого	160.0	69,90	195.0	96,30
Обед	Винегрет овощной	40.0	34,80	60.0	52,20
	Суп картофельный с вермишелью	160.0	67,20	190.0	84,00
	Печень в сметанном соусе	50.0	103,75	70.0	145,25
	Рис отварной	110.0	160,82	130.0	190,06
	Компот из свеж яблок	180.0	87,84	200.0	97,60
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	20.0	42,00	35.0	73,50
	итого	560.0	496,41	685.0	642,61
Полдник	Ряженка 2,5%жирность	170.0	85,85	200.0	101,05
	Пряники заварные	35.0	128,10	50.0	183,00
	итого	205.0	213,95	250.0	284,05
Ужин	Шницель рыбный натуральный	50.0	62,67	70.0	87,84
	Пюре картофельное	110.0	74,86	130.0	88,47
	Салат из солёного огурца с луком	40.0	24,00	60.0	36,00
	Батон нарезной	15,0	39,30	30,0	78,60
	Компот из плодов консервированных.	150.0	114,00	180.0	136,80
	Яблоко	95,0	41,80	100,0	44,00
	итого	460.0	356,63	570.0	465,61
Итого за 28.12.2024			1425,99		1851,69