



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"



МЕНЮ
1 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	3,2	5,4	13,5	155,1
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	180	3,6	3	15	101,9
ФРУКТЫ (<i>мандарин</i> свежий)	70	0,6	0,1	5,3	26,6
Итого	440	12	12,4	49,2	398,6

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	180	2,1	2,3	11	79,2
Итого	180	2,1	2,3	11	79,2

Обед

ИКРА ОВОЩНАЯ (свекла, морковь, картофель, чеснок, масло растительное) 1*	50	0,8	2,3	5,3	45,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох пущеный, лук репчатый, морковь, масло сливочное, вода, соль, батон нарезной) 1*	200/10	0,6	0,7	5,1	111,2
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе) индейки, батон нарезной, масло сливочное, соль) 1*	65	6,8	11,4	12,5	82
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макароны, масло сливочное) 1*	150	5,43	2,66	15,94	88,18
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, сахар, вода, <i>лимонная кислота</i>) 1*	180	0,4	0,1	24,5	101,4
Итого	715	18,13	18,16	90,64	561,98

Полдник

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ) (капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, сахар, соль, <i>лимонная кислота</i>) 5*	50	0,7	2,5	5,4	46,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (говядина б/к, морковь, масло сливочное, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная) 3*	40/40	8	8,2	15,2	169,9
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, вода, соль, масло сливочное) 1*	120	2,88	3,68	30,16	164,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар песок) 1*	180	0	0	7,9	31,4
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	25	2,1	2,9	17,5	100,8
Итого	475	14,98	17,48	84,66	554,4
ВСЕГО		47,21	50,34	235,5	1594,18

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



МЕНЮ
2 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	9,8	12	14,4	155,8
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной) 5*	20/20	1,6	0,6	24,2	105,9
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, лимон) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого	457	11,8	12,9	59,7	353,9

II Завтрак

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,5	2	9,8	83
Итого	150	2,5	2	9,8	83

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ (горошек зеленый консервы, свекла, яблоки, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное) 5*	50	0,8	1,9	4	37,7
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, зелёный горошек, масло сливочное, сметана, вода, соль) 1*	200/15/10	5,7	8,3	9,2	137,8
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ (С МОРКОВЬЮ) (РЫБНОЕ ФИЛЕ, морковь, батон, лук репчатый, ЯЙЦА КУРИНЫЕ, вода питьевая, масло сливочное, соль) 2*	80	4,5	1,5	12,5	51,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, масло сливочное, соль) 1*	150	3,2	5,1	21,4	143,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	180	0,1	0,1	24,6	100
Итого	745	18,4	17,9	99	605,1

Полдник

ОЛАДЫ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (мука, яйцо куриное, молоко, дрожжи сухие, сахар, соль, творог, масло подсолнечное, молоко сгущенное с сахаром, соль) 3*	120/40	14,2	12,2	50,8	357,5
КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода, сахар, крахмал картофельный) 1*	180	0,09	0,09	22,41	92,7
ТВОРОЖОК ДЕТСКИЙ (творожок детский)	50	2,1	4	1,7	44
Итого	390	16,39	16,29	74,91	494,2
ВСЕГО		49,09	49,09	243,41	1536,2

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



МЕНЮ
3 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (овсяные хлопья, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	6,4	9,6	9,8	129,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной) 5*	30/10	3,8	1,5	25,7	131
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0	0	7,9	31,4
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	470	11,7	11,6	64,4	387,5

II Завтрак

КЕФИР (кефир)	150	2,4	1,9	11,9	79,5
Итого	150	2,4	1,9	11,9	79,5

Обед

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) 5*	30	0,3	0,1	1,1	7,2
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, говядина, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, сахар, <i>лимонная кислота</i> , вода, сметана) 1*	200/15/5	1,9	7,8	4,4	137,1
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) "ЕЖИКИ" С СОУСОМ СМЕТАНЫМ (говядина, вода, рис, лук репчатый, масло сливочное, мука, сметана, соль,) 2*	60/20	8,5	10,1	28,4	181,7
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, молоко, масло сливочное, мука пшеничная, вода, соль, сахар) 3*	150	2,1	0,1	9,7	49,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,18	17,8	77,32
Итого	720	17,8	19,28	88,7	586,62

Полдник

ОМЛЕТ С КОЛБАСНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (<i>яйца куриные</i> , молоко, сосиски молочные, масло сливочное, соль) 2*	150	8,5	12,5	11,2	206,1
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	55	4,1	1,6	28,3	144,1
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С" (шиповник сухой, сахар, вода) 1*	180	0,63	0,27	21,96	92,7
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	25	2,1	2,9	17,5	100,8
Итого	410	15,33	17,27	78,96	543,7
ВСЕГО		47,23	50,05	243,96	1597,22

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5*-холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"



МЕНЮ
4 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	

Завтрак

КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа гречневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	7,1	9,1	7,1	187
БУТЕРБРОД С ВАРЕНЬЕМ (джем, батон нарезной) 5*	30/10	1,5	0,5	18,4	51,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода, сахар, молоко) 1*	180	1,35	1,17	20,16	96,3
ФРУКТЫ (<i>апельсин</i> свежий)	80	0,7	0,2	6,5	34,4
Итого	450	10,65	10,97	52,16	368,8

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	180	2,1	2,3	11	79,2
Итого	180	2,1	2,3	11	79,2

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) 5*	30	0,2	0	0,8	4,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (говядина, картофель, капуста б/к, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное, крупа перловая, вода, соль, сметана) 1*	200/15/10	8,5	10,2	25,2	152,7
ПЛОВ (грудка индейки, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль, масло подсолнечное) 1*	150	6	7,5	16,8	186,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, сахар, <i>лимонная кислота</i> , вода) 1*	180	0,4	0,1	24,5	101,4
Итого	645	19,2	18,8	94,6	578,8

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, соль, крупа манная, сахар, <i>яйца куриные</i> , масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана, молоко сгущенное) 2*	120/40	9,3	12	52,4	353,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт)	180	5	4,5	8,1	101,7
Итого	360	15,8	17,1	70,8	507,7
ВСЕГО		47,75	49,17	228,56	1534,5

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"



МЕНЮ
5 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	2,9	5,9	7,1	130,5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	180	3,6	3	15	101,9
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,3	0,2	7,2	32,9
Итого	440	11,4	13	44,7	380,3

II Завтрак

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,5	2	9,8	83
Итого	180	2,5	2	9,8	83

Обед

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (капуста квашеная, лук репчатый, сахар, масло подсолнечное) 5*	50	0,8	2,56	3,86	41,58
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (бройлеры цыплята, макаронные изделия, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, вода, соль,) 1*	200/15	3,2	3,6	16,2	180,5
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (РЫБНОЕ ФИЛЕ , лук репчатый, вода, яйца куриные) 2*	100	7,1	7,8	21,6	78,4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко, масло сливочное) 1*	150	3	3,3	19,9	122,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода) 1*	180	0	0	0,1	10
Итого	755	18,2	18,26	88,86	556,58

Полдник

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые) 5*	30	0,3	0,1	1,1	7,2
ГОЛУБЦЫ ОВОЩНЫЕ (капуста белокочанная, морковь, кабачки, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное, мука пшеничная, вода, сметана, соль) 3*	150	7,5	13	25,3	189,1
СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная, сметана, соль) 1*	30	0,42	1,2	1,92	20,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	180	2,1	2,3	11	79,2
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная, сахар, молоко, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	4,9	1,6	33,1	165,5
Итого	460	16,52	18,4	80,92	502,2
ВСЕГО		48,62	51,66	224,28	1522,08

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО " АЛЬФА - ПРОВИАНТ"



МЕНЮ
6 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупка пшеничная, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	8,8	12,2	10,9	224
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, батон нарезной) 5*	20/20	1,6	0,6	24,2	105,9
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0	0	7,9	31,4
ФРУКТЫ (мандарин свежий)	70	0,6	0,1	5,3	26,6
Итого	440	11	12,9	48,3	387,9

II Завтрак

КЕФИР (кефир)	150	2,4	1,9	11,9	79,5
Итого	150	2,4	1,9	11,9	79,5

Обед

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	30	0,2	0	0,5	3,9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыпята, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервы, масло сливочное, вода, соль, сметана) 1*	200/15/10	5,7	8,3	9,2	137,8
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина, батон нарезной, вода, сухари панировочные, масло подсолнечное) 2*	60	3,5	4,4	15	130,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко, соль, масло сливочное) 1*	150	3,2	5,1	21,4	143,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,18	17,8	77,32
Итого	705	17,6	18,98	91,2	627,12

Полдник

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко, масло сливочное, масло подсолнечное, соль) 2*	140	5,7	10,1	38,1	256,9
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (морковь, масло сливочное, соль, сахар, мука пшеничная, сметана) 2*	80	0,9	1,7	5,7	52,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	40	3	1,2	20,6	104,8
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ С САХАРОМ (молоко, сахар)	180	5,1	4,5	13,4	125,8
Итого	440	14,6	17,5	72,5	516,1
ВСЕГО		45,6	51,28	223,9	1610,62

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА-ПРОВИАНТ"



МЕНЮ
7 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

МАКАРОНЫ С СЫРОМ (макаронные изделия, сыр, масло сливочное, соль) 1*	150	7,6	12,1	15,2	149,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	3,8	1,5	25,7	131
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, вода, сахар, лимон) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
ФРУКТЫ (яблоко свежее)	80	0,3	0,3	7,8	37,6
Итого	457	11,8	13,9	62	373

II Завтрак

СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый)	180	2,1	2,3	11	79,2
Итого	180	2,1	2,3	11	79,2

Обед

ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый, масло подсолнечное) 5*	50	0,7	5,1	4	64,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное, вода, РЫБНОЕ ФИЛЕ , яйца куриные , соль) 1*	200/60	8,9	6,1	17,5	179,9
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, томатная паста, соль) 3*	160	4,5	5,8	17,8	105,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" (изюм, сахар, вода, лимонная кислота) 1*	180	0,4	0,1	24,5	101,4
Итого	710	18,6	18,1	91,1	585,9

Полдник

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, соль, крупа манная, сахар, яйца куриные , масло подсолнечное, сухари панировочные, сметана, молоко сгущенное с сахаром) 2*	120/40	9,3	12	52,4	353,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2.5% жирности)	180	5	4,5	8,1	101,7
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	25	2,1	2,9	17,5	100,8
Итого	360	15,9	17,1	76,1	531,8
ВСЕГО		48,4	51,4	240,2	1569,9

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

8 день

Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак

КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, вода, молоко, масло сливочное, сахар, соль) 1*	150	0,2	12,8	15,4	125,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр)	10	2,31	2,98	0	36,52
КАКАО С МОЛОКОМ (какао-порошок, молоко, вода, сахар) 1*	180	3,6	3	15	101,9
ФРУКТЫ (банан свежий)	100	1,5	0,5	21	96
Итого	480	12,21	23,18	66,8	475,32

II Завтрак

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2,5% жирности)	150	2,5	2	9,8	83
Итого	180	2,5	2	9,8	83

Обед

ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	30	0,3	0,1	1,1	7,2
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, капуста квашеная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, вода, соль, сметана) 1*	200/15/10	7,6	8,2	6,3	125,6
КОТЛЕТА ИЗ ИНДЕЙКИ (филе индейки, батон нарезной, вода, сухари панировочные, масло подсолнечное, масло сливочное, соль) 2*	70	3	3,8	13,2	148
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) (картофель, морковь, лук репчатый, кабачки, капуста белокочанная, масло сливочное, вода, масло подсолнечное, мука пшеничная, томатная паста, соль, сахар, лавровый лист) 3*	150	2	5,1	11,6	100,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,6	0,6	10,3	52,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (яблоки, груша, ельсин, вода, сахар, лимонная кислота) 1*	180	0,3	0,1	24,4	99,6
Итого	715	17,3	18,3	83,9	614,9

Полдник

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ый ВАРИАНТ) (капуста, яблоки, масло подсолнечное, сахар, соль, лимонная кислота) 5*	50	0,7	2,5	5,4	46,7
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННЫМ (говядина б/к, масло сливочное, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, сметана, мука пшеничная, вода, соль)	130/40	12	13	37,5	316,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, сахар, вода) 1*	180	0	0	7,9	31,4
ПЕЧЕНЬЕ ДЕТСКОЕ (печенье детское)	25	2,1	2,9	17,5	100,8
Итого	445	16,1	18,6	76,8	535,8
ВСЕГО		48,11	62,08	237,3	1709,02

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5*-холодное блюдо



МЕНЮ
9 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	

Завтрак

КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (крупа ячневая, молоко, масло сливочное, соль, вода, сахар) 1*	150	9,1	11	14,1	195,3
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (батон нарезной, джем)	20/20	1,6	0,6	24,2	105,9
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар,) 1*	180	0	0	7,9	31,4
ФРУКТЫ (апельсин свежий)	80	0,7	0,2	6,5	34,4
Итого	450	11,4	11,8	52,7	367

II Завтрак

КЕФИР (кефир 2,5% жирности)	150	2,4	1,9	11,9	79,5
Итого	150	2,4	1,9	11,9	79,5

Обед

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,2	0	0,8	4,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛКАМИ (говядина, картофель, морковь, яйца куриные, лук репчатый, масло сливочное, вода, соль) 1*	200/40	12,9	6,3	15,6	220,9
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (капуста белокочанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	150	13,4	8,8	17,23	188,84
СОУС СМЕТАННЫЙ (мука пшеничная, вода, сметана, соль) 1*	30	0,42	1,2	1,92	20,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
КИСЕЛЬ КЛЮКВЕННЫЙ С ВИТАМИНОМ "С" (напиток витаминизированный-концентрат, вода, сахар, крахмал картофельный) 1*	180	0,09	0,09	22,41	92,7
Итого	690	31,11	17,39	85,26	661,04

Полдник

СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ (творог, мука пшеничная, яйца куриные, сахар, соль, масло подсолнечное, молоко сгущенное с сахаром) 2*	100/40	12,8	18,4	45,2	382,4
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар, вода)	180	0,63	0,27	21,96	92,7
Итого	320	13,43	18,67	67,16	475,1
ВСЕГО		58,34	49,76	217,02	1582,64

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5*-холодное блюдо

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"



МЕНЮ
10 день
Сад 12 часов

" " 2019

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	

Завтрак

КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупя гречневая, вода, молоко, соль, сахар, масло сливочное) 1*	150	7,1	9,1	7,1	187
БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр, батон нарезной) 5*	30/10	4,6	3,9	15,4	115
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, вода, молоко, сахар) 1*	180	1,35	1,17	20,16	96,3
ФРУКТЫ (груша свежая)	70	0,3	0,2	7,2	32,9
Итого	440	13,35	14,37	49,86	431,2

II Завтрак

ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ (йогурт 2.5% жирности)	150	2,5	2	9,8	83
Итого	150	2,5	2	9,8	83

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (свекла очищенная, сахар, соль, масло подсолнечное) 5*	50	0,7	1,6	5,6	40,2
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (бройлеры цыплята, картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло сливочное, вода, соль, сметана) 1*	200/15/10	8,1	16,1	3,6	107,7
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (РЫБНОЕ ФИЛЕ , лук репчатый, вода, яйца куриные , сухари панировочные, масло подсолнечное) 2*	80	9,7	17,5	5,3	86,2
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко, масло сливочное)	150	3	3,3	19,9	122,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	40	2,6	0,4	17	81,6
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной)	20	1,5	0,6	10,3	52,4
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" (курага, сахар, вода, лимонная кислота) 1*	180	0,7	0	24,4	100,8
Итого	745	26,3	39,5	86,1	591

Полдник

ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые) 5*	30	0,2	0	0,8	4,2
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ (сосиски молочные) 1*	30	6,1	8,9	10,12	149,8
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста, масло сливочное, морковь, лук репчатый, томатная паста, лимонная кислота , мука пшеничная, сахар, соль) 3*	150	3,04	2,4	7,84	74,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный)	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ (чай черный байховый, сахар, лимон , вода) 1*	180/7	0,1	0	13,3	54,6
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная, сахар, масло сливочное, яйца куриные , соль, дрожжи сухие, масло подсолнечное) 4*	50	4,9	4	34,5	192,3
Итого	467	15,64	15,5	75,06	516,1
ВСЕГО		57,79	71,37	220,82	1621,3

Зав. производством _____

Зав. ГБДОУ _____

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575821

Владелец Васюкович Светлана Александровна

Действителен с 05.03.2021 по 05.03.2022