

Согласовано

Заведующий БМА
«Детский сад № 10»
Казимова Н.А.

Меню (СТАРШИЕ)



Утверждаю директор
ООО "Хороший продукт"
Д.М. Степаненко
05.05.2025 (понедельник)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
------------------------	--------------------	-------------	-------------	------------	-----------------	-------------

Завтрак

94	Бутерброд с маслом на батоне	40	2,3	9,15	15,26	173,4
257-2	Каша молочная рисовая с маслом 150	150	1,92	5,66	36,72	197,45
693	Какао с молоком 180	180	3,49	3,58	14,33	101,51

Итого за Завтрак

7,71 18,39 66,31 472,36

Завтрак 2-й

351,03	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	90
--------	---------------	-----	-----	-----	-----	----

Итого за Завтрак 2-й

0,4 0,4 9,8 90

Обед

016	Салат из огурцов свежих 50	50	0,39	8,03	1,64	80,1
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 180	180	1,34	3,88	7,57	70,88
401	Гуляш из филе индейки 70	70	10,36	8,61	3,83	134,11
257	Каша гречневая рассыпчатая 130	130	6,4	10,36	30,52	243,72
519	Напиток из шиповника.	180	0,61		12,85	53,91
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62

Итого за Обед

22,93 31,38 81,11 704,22

Полдник

274	Макароны с сыром 80	80	8,53	8,48	26,32	218,25
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5

Итого за Полдник

10,53 8,71 47,47 311,86

Итого за день

41,57 58,88 204,69 1 578,44

Согласовано

Заведующий БМА
«Детский сад»
Казимова Н.А.

Меню (СТАРШИЕ)



Утверждаю директор
ООО "Хороший продукт"
Д.М. Степаненко
06.05.2025 (вторник)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
------------------------	--------------------	-------------	-------------	------------	-----------------	-------------

Завтрак

3,29	Бутерброд с сыром, маслом (батон)	45	4,88	7,71	15,22	151,2
257-2	Каша молочная пшеничная с маслом.	150	5,83	6,73	31,18	210,47
685	Чай с лимоном и сахаром.	180	0,12	0,03	9,06	34,77

Итого за Завтрак

10,83 14,47 55,46 396,44

Завтрак 2-й

187,03	Сок фруктовый .	100	0,5		9,1	38
--------	-----------------	-----	-----	--	-----	----

Итого за Завтрак 2-й

0,5 9,1 38

Обед

017	Салат из свеклы 50	50	0,51	1,83	4,63	37,84
120	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (о. ч).	180	1,33	3,17	5,95	58,51
057	Запеканка пикантная из филе кури	70	11,46	4,71	1,91	94,8
101	Картофельное пюре 130	130	2,77	3,86	18,64	123,25
651	Напиток из сухофруктов 180	180	0,31		15,23	61,97
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62

Итого за Обед

20,21 14,07 71,06 497,87

Полдник

645	Йогурт питьевой	200	10	6,4	8,2	170
419	Печенье (весовое) *	50	3,8	0,4	24,3	119

Итого за Полдник

13,8 6,8 32,5 289

Итого за день

45,34 35,34 168,12 1 221,31

Согласовано:

Заведующий БМАДОУ
«Детский сад № 10»
Меню (СТАРШИЕ)
Казимова Н. А.



Утверждаю директор
ООО "Хороший продукт"
Д.М. Степаненко
07.05.2025 (среда)

Номер рецептур ы	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
Завтрак						
94	Бутерброд с маслом на батоне	40	2,3	9,15	15,26	173,4
160	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,36	4,18	13,9	106,48
692	Кофейный напиток 180	180	2,66	2,14	11,8	68,61
Итого за Завтрак			8,32	15,47	40,96	348,49
Завтрак 2-й						
351,03	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	90
Итого за Завтрак 2-й			0,4	0,4	9,8	90
Обед						
14	Салат овощной (картофель, морковь отв, огурец конс) 50	50	0,75	8,12	5,3	98,31
216	Суп крестьянский со сметаной 180	180	1,47	3,99	7,24	71,82
492	Плов из филе индейки	205	14,3	18,96	44,42	399,85
651	Напиток из кураги 180	180	0,42		16,61	65,89
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
299,23	Хлеб "Чусовской" с йодоказеином	25	1,93	0,3	12,55	62
Итого за Обед			20,77	31,57	98,27	757,37
Полдник						
296	Пудинг творожный с молочным соусом 60/20	80	6,32	4,34	12,23	112,46
685	Чай с сахаром.	180	0,1	0,03	9	34,11
299,37	Хлеб "Крестьянский" с Валетек	25	1,9	0,2	12,15	59,5
Итого за Полдник			8,32	4,57	33,38	206,07
Итого за день			37,81	52,01	182,41	1 401,93