***Ежедневное меню 01.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша манная молочная | 150 | 200 | 141 | 177 |
| Какао | 150 | 180 | 105.34 | 126.81 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Огурец свежий порционно | 45 | 60 | 6.3 | 8.4 |
| Суп гороховый со сметаной | 150 | 200 | 100.35 | 159.31 |
| Плов из кур | 150 | 200 | 249.16 | 360.88 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Оладьи со сг. молоком | 60/5 | 80/10 | 170 | 222.6 |
| Снежок | 150 | 180 | 75 | 90 |
| ***Итого за весь день*** | **1153** | **1540** | **1112.82** | **1516.67** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 02.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша ячневая молочная | 150 | 200 | 174.43 | 222.78 |
| Кофейный напиток | 150 | 200 | 92 | 110.59 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты | 40 | 60 | 36.2 | 67.58 |
| Суп Харчо со сметаной | 200 | 250 | 120.88 | 152.84 |
| Картофель отварной в молоке | 150 | 200 | 132 | 198 |
| Биточки рыбные | 60 | 70 | 72.7 | 150.7 |
| Соус томатный | 30 | 40 | 21.41 | 103 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Бутерброд с повидлом | 50 | 50 | 161 | 161 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1348** | **1700** | **1124.24** | **1591.43** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 03.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша пшеничная молочная | 200 | 250 | 256.4 | 320.5 |
| Кисель из концентрата | 150 | 200 | 78.9 | 105.2 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Щи со сметаной | 150/5 | 250/10 | 50.16 | 90.54 |
| Горошница | 100 | 150 | 113 | 170 |
| Сосиска отварная | 50 | 50 | 110.40 | 110.40 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Пудинг творожно- морковный | 120 | 150 | 100.20 | 280.08 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1293** | **1690** | **1022.68** | **1501.66** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 06.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша сборная молочная | 200 | 250 | 93.7 | 263.8 |
| Какао | 150 | 180 | 105.34 | 126.81 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты с зеленым горошком | 40 | 60 | 46 | 69 |
| Рассольник со сметаной | 150 | 250 | 1.79 | 103.66 |
| Запеканка макаронная с мясом | 160 | 190 | 337.27 | 401.04 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Булочка творожная | 50 | 80 | 153 | 244.8 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1268** | **1640** | **1050.72** | **1634.05** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 07.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша гречневая молочная | 150 | 200 | 146 | 184 |
| Кофейный напиток | 150 | 180 | 92 | 110.59 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
|  |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
|  |  |  |  |  |
| Овощи натуральные свежие( соленые) | 45 | 60 | 6.3 | 8.4 |
| Борщ со сметаной | 150/5 | 250/10 | 65.46 | 117.74 |
| Перловка отварная | 100 | 150 | 106.65 | 152.35 |
| Птица в соусе с томатом | 65 | 70 | 97.43 | 106 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
|  |  |  |  |  |
| Пирог с повидлом | 70 | 90 | 160.8 | 206.8 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1253** | **1640** | **988.26** | **1310.82** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 08.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Суп овсяной молочный | 150 | 250 | 174.13 | 223.67 |
| Кисель из концентрата | 150 | 200 | 78.9 | 105.2 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат луковый | 5 | 5 | 5.65 | 5.65 |
| Суп вермишелевый | 150 | 250 | 62.8 | 104.7 |
| Жаркое по- домашнему | 170 | 200 | 243.43 | 251.63 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | 173 | 230 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1203** | **1615** | **1051.53** | **1345.79** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 09.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Лапша молочная | 200 | 250 | 187.04 | 233.8 |
| Кофейный напиток | 150 | 180 | 92 | 110.59 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Суп с клецками со сметаной | 150 | 250 | 82.26 | 138.15 |
| Овощное рагу | 150 | 180 | 114.48 | 136.45 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Кондитерские изделия( Печенье) | 50 | 70 | 208.5 | 291.68 |
| Снежок | 150 | 180 | 76 | 291.9 |
| ***Итого за весь день*** | **1188** | **1490** | **1025.95** | **1533.66** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 10.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша пшенная молочная | 150 | 200 | 134.44 | 179.25 |
| Какао | 150 | 180 | 105.34 | 126.81 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат овощной | 50 | 50 | 34.6 | 34.6 |
| Суп Уха со сметаной | 200 | 250 | 112.8 | 150.3 |
| Картофель отварной в молоке | 150 | 200 | 132 | 198 |
| Сосиска отварная | 50 | 50 | 110.40 | 110.40 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Блинчики с джемом ( сг.молоком) | 75/5 | 75/10 | 234 | 234 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1348** | **1645** | **1177.2** | **1458.3** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 14.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Суп овсяной молочный | 150 | 250 | 174.13 | 223.67 |
| Какао | 150 | 180 | 105.34 | 126.81 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат из св. капусты с зеленым горошком | 40 | 60 | 46 | 69 |
| Свекольник со сметаной | 150/5 | 250/10 | 58.25 | 98.68 |
| Гречка отварная | 100 | 150 | 162 | 243 |
| Птица с соусом в томате | 65 | 70 | 97.43 | 106 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Расстегаи с рыбой | 60 | 70 | 127.9 | 149.3 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1238** | **1670** | **1084.67** | **1441.4** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 15.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша рисовая молочная | 200 | 250 | 178.55 | 223.19 |
| Кофейный напиток | 150 | 180 | 92 | 110.59 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат из свежих огурцов | 40 | 60 | 28.25 | 35.2 |
| Суп гречневый | 150 | 200 | 60.25 | 113 |
| Макароны отварные | 100 | 150 | 112 | 168 |
| Котлета из мяса птицы | 60 | 80 | 164 | 218.66 |
| Соус томатный | 30 | 40 | 21.41 | 103 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Булочка с крошкой | 50 | 60 | 217.06 | 259.84 |
| Кисель из концентрата | 150 | 200 | 78.9 | 105.2 |
| ***Итого за весь день*** | **1268** | **1650** | **1218.09** | **1708.35** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 16.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша манная молочная | 150 | 200 | 141 | 177 |
| Какао | 150 | 180 | 105.34 | 126.81 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Огурец свежий порционно | 45 | 60 | 6.3 | 8.4 |
| Суп гороховый со сметаной | 150 | 200 | 100.35 | 159.31 |
| Плов из кур | 150 | 200 | 249.16 | 360.88 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Оладьи со сг. молоком | 60/5 | 80/10 | 170 | 222.6 |
| Снежок | 150 | 180 | 75 | 90 |
| ***Итого за весь день*** | **1153** | **1540** | **1112.82** | **1516.67** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***

***Ежедневное меню 17.06.2022г***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** | | ***Калорийность блюд*** | |
| ***Завтрак*** | ***Ясли, гр.*** | ***Сад, гр.*** | Ясли,  ккал | Сад,  ккал |
| Каша ячневая молочная | 150 | 200 | 174.43 | 222.78 |
| Кофейный напиток | 150 | 200 | 92 | 110.59 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 50 | 9.52 | 17 |
| **II Завтрак** |  |  |  |  |
| Сок | 100 | 100 | 42.67 | 42.67 |
| **Обед** |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты | 40 | 60 | 36.2 | 67.58 |
| Суп Харчо со сметаной | 200 | 250 | 120.88 | 152.84 |
| Картофель отварной в молоке | 150 | 200 | 132 | 198 |
| Биточки рыбные | 60 | 70 | 72.7 | 150.7 |
| Соус томатный | 30 | 40 | 21.41 | 103 |
| Компот из с/ф | 150 | 200 | 80.58 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 68.7 | 103 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 64.2 | 96 |
| **Полдник** |  |  |  |  |
| Бутерброд с повидлом | 50 | 50 | 161 | 161 |
| Чай | 180 | 200 | 47.95 | 53.27 |
| ***Итого за весь день*** | **1348** | **1700** | **1124.24** | **1591.43** |

***Диетсестра: Иванова Я.В***