

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»  
С.З. Цыренжапова



Меню на \_\_\_\_\_ 1 ноября \_\_\_\_\_ 2022г. ( 12 часов)

**День 7**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд а, г. Если 1-3	Выход блюд а, г. Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
84	Каша «Дружба» на молоке	150	200	6,21	7,73	27,71	201	
3	Батон с маслом и сыром	30/3/9	30/5/14	5,06	7	14,62	145	
248	Какао на молоке	150	180	1,2	1,3	13	90	
<b>2ой завтрак</b>								
	Яблоко	100	100	4,35	4,8	6	88,5	
<b>Обед</b>								
	Винегрет	30	45	2,76	12,36	16,8	189,6	
126	Суп с домашней лапшой на мясном бульоне	200	250	4,15	6,04	19,67	144	
191	Рис отварной с овощами	120	150	4,63	8,4	30,72	254,4	
288	Бефстроганов из отварного мяса	130	150	12,92	10,36	2,74	155,62	
376	Сметанный соус	30	50	1,41	5,0	5,87	74,1	
354	Компот из чернослива и изюма	150	180	0,44	0,02	27,76	113	Аскорбин Кислота
	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
<b>Полдник</b>								
251	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	150	4,35	2,5	6	88,5	
<b>Ужин</b>								
458	Булочка «Творожная»	80	100	13,08	6,06	49,58	306	
263	Чай сладкий	150/9	180/12	0	0	11,98	43	
<b>ИТОГО за день</b>		<b>1531</b>	<b>1846</b>	<b>64,36</b>	<b>72,02</b>	<b>257,3</b>	<b>2039,26</b>	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.





Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»  
С.З. Цыренжапова


Меню на 2 НОЯБРЯ 2022г. (12 часов)

**День 8**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, г. Ясли 1-3	Выход блюда, г. Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
93	Суп молочный с лапшой	150	200	7,18	6,5	23,54	181	
3	Батон с маслом с джемом	30/3/7	30/5/10	5,06	7	14,62	145	
200	Чай с молоком	150/20	180/30	0,04	0	12,13	47	
<b>2ой завтрак</b>								
	Апельсин	100	100	0,78	0,17	20,06	27,83	
<b>Обед</b>								
16	Огурец свежий	25	45	0,33	4,55	1,03	46,19	
37	Суп рыбный	200	250	2,31	7,73	15,42	140,58	
124	Гречка отварная рассыпчатая	100	150	8,59	6,09	38,64	243	
37	Котлета мясная	50	65	7,41	9,56	0,78	130,28	
228	Соус красный	30	50	0,69	1,95	3,09	31	
375	Морс из свежих ягод (смородина)	150	180	0,19	0,04	16,21	65,93	12,6
701	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
<b>Полдник</b>								
251	Кисломолочный напиток «Йогурт»	150	150	4,35	2,5	6	88,5	
<b>Ужин</b>								
77	Рагу овощное	80	80	1,65	4,43	6,57	90,42	
263	Чай сладкий	150/9	180/12			11,98	43	
	Хлеб пшеничный	30	30	3,8	0,45	24,85	146,54	
<b>ИТОГО за день</b>		<b>1474</b>	<b>1797</b>	<b>46,18</b>	<b>51,4</b>	<b>219,77</b>	<b>1572,81</b>	
				<b>2</b>				

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.




 Утверждаю:  
 Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»  
 С.З. Цыренжапова

Меню на 3 НОЯБРЯ 2022г. ( 12 часов)

**День 9**

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, г. Если 1-3	Выход блюд а, г Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
93	Каша вязкая геркулесовая на молоке	150	200	6,35	8,51	21,86	187	
3	Батон с маслом	30/3/7	30/5	2,3	4,36	14,62	145	
253	Кофейный напиток с молоком	150	180	1,3	1,3	14	92	
<b>2ой завтрак</b>								
	Сок фруктовый	100	100			11,5	92	
<b>Обед</b>								
67	Щи из свежей капусты со сметаной и мясом	200	250	1,74	4,88	9,21	85	
313	Перловка отварной	100	150	2,8	2,93	17,93	111,33	
152	Гуляш из говядины	60	80	6	7,6	2,47	164,8	
228	Соус красный	30	50	0,69	1,95	3,09	31	
375	Морс из свежих ягод (облепиха)	150	180	0,19	0,04	16,21	65,93	12,6
701	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
<b>Полдник</b>								
251	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	200	4,35	2,5	6	88,5	
<b>Ужин</b>								
10	Зеленый горошек	20	20	1,8	3,11	3,78	50,16	
321	Картофель отварной	100	150	1,91	2,88	15,34	94,90	
200	Чай с молоком	150/15	180/30	0,04	0	12,13	47	
701	Хлеб пшеничный	25	30	3,8	0,45	24,85	146,54	
	Мармелад	10	20					
<b>ИТОГО за день</b>		<b>1490</b>	<b>1905</b>	<b>37,07</b>	<b>40,96</b>	<b>197,84</b>	<b>1547,7</b>	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б

