

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



Меню на _____ 1 Декабря _____ 2022г. (12 часов)

День 9

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, г. Ясли 1-3	Выход блюд а, г Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак								
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	
2ой завтрак								
	Сок фруктовый	100	100			11,5	92	
Обед								
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	
Полдник								
251	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	200	4,35	2,5	6	88,5	
Ужин								
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					
ИТОГО за день		1490	1905	37,07	40,96	197,84	1547,7	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б



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

Меню на 2 Декабря 2022г. (12 часов)

День 10

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, г. Если 1-3	Выход блюда, г Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак								
110	Драчена (омлет натуральный)	150	160	9,01	12,51	2,24	156,25	
3	Хлеб с маслом	30/3	30/5	2,3	4,36	14,62	145	
	Печенье	20	40	1,32	3,25	13,04	87,77	
263	Чай	150	180					
2ой завтрак								
	Сок фруктовый	100	100			11,5	92	
Обед								
	Огурец соленый	30	45	0,57	0,11	2,42	12,08	
34	Суп Свекольник со сметаной на мясном бульоне	200	250	4,22	6,5	13,77	145	
317	Макароны отварные	100	150	5,50	4,57	26,44	168	
174	Тефтеля из говядины	60	70	8,98	9,49	7,31	150,5	
354	Сметанный соус	30	50	1,41	5,0	5,87	74,1	
376	Компот из сухофруктов	150	200	0,44	0,02	27,76	113	Аскорбин. кислота
	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
Полдник								
251	«Йогурт»	150	150	4,35	2,5	6	88,5	
Ужин								
95	Каша вязкая гречневая на молоке	150	200	6,64	7,59	28,13	204	
3	Батон с маслом и сыром	30/3/9	30/5/14	5,06	7	14,62	145	
263	Чай сладкий	150/9	180/12			11,98	43	
ИТОГО за день		1564	1921	53,6	63,35	210,55	1770,74	
ИТОГО за неделю		7582	9334	261,45	285,4	1150,37	8884,58	
Среднее значение за период		1516,4	1866,8	52,29	57,08	230,07	1776,91	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.