

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



Меню на 26 Января 2023г. (12 часов)

День 4

№ 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		
Завтрак								
96	Каша вязкая пшеничная на молоке	150	200	7,01	8,09	28,39	213	
3	Батон с маслом	30/3	30/5	2,3	4,36	14,62	108	
200	Чай с лимоном	150/9/5	180/1/2/5	0,04	0	12,13	47	
2ой завтрак								
	Груша конференция	100	100			11,5	92	
Обед								
20	Салат из моркови с курагой	40	60	0,88	0,066	8,6	38,52	
81	Суп гороховый с мясом	200	250	5,49	5,27	16,32	135	
276	Жаркое по-домашнему	150	200	22,02	6,79	19,95	259	
376	Кисель (ягодный)	180	200	0,44	0,02	27,76	113	Аскорбиновая кислота
701	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
Полдник								
251	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	200	4,35	4,8	6	88,5	
Ужин								
	Запеканка из печени с рисом	150	180	12,48	5,08	13,74	150,56	
263	Чай	150	180	0	0	11,98	43	
	Мармелад	10	20	0	0	11,9	48,2	
701.1	Хлеб пшеничный	30	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
ИТОГО за день		1547	1922	55,6	15,376	232,59	1628,86	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.



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

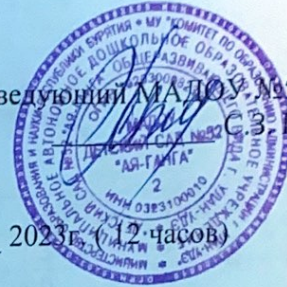
Меню на 27 Января 2023г. (12 часов)

День 5

№ 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								
209	Яйцо отварное	1шт	1шт	5,1	4,6	0,3	63	
3	Батон с маслом и сыром	30/3/9	30/5/14	5,06	7	14,62	145	
200	Чай с молоком	130/20	130/50	1,48	1,3	7,95	49,44	
	Печенье сливочное	20	30	1,32	3,25	13,04	87,77	
2ой завтрак								
	Сок фруктовый	100	100			11,5	92	
Обед								
57	Борщ со сметаной на мясном бульоне	200	250	1,73	4,9	12,2	100	
	Плов из говядины	150	180	7,9	3,9	38,8	218,7	
375	Морс из свежих ягод (смородина)	150	180	0,19	0,04	16,21	65,93	12,6
	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
Полдник								
251	Кисломолочный напиток «Йогурт»	150	200	4,35	4,8	6	88,5	
Ужин								
168	Каша ячневая вязкая на молоке	150	200	4,39	4,20	28,30	169,0	
1	Хлеб с маслом	30/3	30/5	2,3	4,36	14,62	108	
264	Чай сладкий	150/9	180/12	0	0	11,98	43	
ИТОГ О за день	1445	1344	1646	37,62	40,1	200,37	1376,88	
ИТОГ О за неделю	7714	7548	9293	260,34	240,066	1147,54	8241,17	
Среднее значение за период		1509,6	1858,6	52,06	48,01	229,50	1648,23	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:
 Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»
 Цыренжапова



Меню на 30 Января 2023г. (12 часов)

День 6

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюд а, г. Ясли 1-3	Выход блюд а, г. Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак								
177	Каша вязкая рисовая на молоке	150	200	10,06	11,34	41,26	307	
3	Батон с маслом	30/3	30/5	5,06	7	14,62	145	
253	Кофейный напиток с молоком	150	180	1,3	1,3	14	92	
2ой завтрак								
	Банан	100	100	1,65	0,45	34,5	133,5	
Обед								
33	Салат из свеклы	30	50	0,65	2,74	3,77	42,26	
109	Кулеш с мясом	200	250	12,71	5,08	12,89	148,10	
200	Капуста тушеная с мясом	180	220	10,0	8,2	10,8	280	
375	Морс из свежих ягод (облепиха)	150	180	0,04	10,36	16,21	65,93	12,6
701	Хлеб пшеничный	40	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
Полдник								
	Сок фруктовый	150	200			11,5	92	
Ужин								
206	Макароны с сыром	150	200	11,17	10,28	31,78	264	
264	Чай	150	180	0	0	11,98	43	
	Мармелад	10	20	0	0	11,9	48,2	
701	Хлеб пшеничный	30	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
ИТОГО за день		1523	1865	60,24	57,6 5	264,91	1954,07	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

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



Меню на 31 Января 2023г. 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		
Завтрак								
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	
2ой завтрак								
	Яблоко	100	100	4,35	4,8	6	88,5	
Обед								
	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	
Полдник								
251	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	200	4,35	2,5	6	88,5	
Ужин								
458	Булочка «Творожная»	80	100	13,08	6,06	49,58	306	
263	Чай сладкий	150/9	180/12	0	0	11,98	43	
ИТОГО за день		1531	1846	64,36	72,02	257,3	2039,26	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.