



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

Меню на 1 Марта 2024г. (12 часов)

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход блюда, г. Если 1-3	Выход блюд, г. Сад 3-7	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С
				Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>								
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	
<b>2ой завтрак</b>								
	Сок фруктовый	100	100			11,5	92	
<b>Обед</b>								
	Кукуруза консер-я	30	50	3	2,3	15	93	
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	
<b>Полдник</b>								
251	Кисломолочный напиток «Йогурт»	150	200	4,35	4,8	6	88,5	
<b>Ужин</b>								
168	Каша ячневая вязкая на молоке	150	200	4,39	4,20	28,30	169,0	
1	Хлеб с маслом	30/3	50/5	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	1666	37,62	40,1	200,37	1376,88	
ИТОГ О за неделю	7714	7548	9583	260,34	240,066	1147,54	8241,17	
Среднее значение за период		1509,6	1916,6	52,06	48,01	229,50	1648,23	

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

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

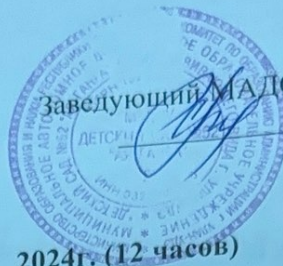


Меню на 4 Марта 2024г. (12 часов)

День 6

№ 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>								
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	
<b>2ой завтрак</b>								
	Банан	100	100	1,65	0,45	34,5	133,5	
<b>Обед</b>								
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	
<b>Полдник</b>								
	Сок фруктовый	150	200			11,5	92	
<b>Ужин</b>								
206	Макароны с сыром	150	200	11,17	10,28	31,78	264	
264	Чай	150	180	0	0	11,98	43	
701	Хлеб пшеничный	30	50	3,8	0,45	24,85	146,54	
	Шоколад *Аленка*	15	15					
<b>ИТОГО за день</b>	<b>1523</b>	<b>1865</b>	<b>60,24</b>	<b>57,65</b>	<b>264,91</b>	<b>1954,07</b>		

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б. *Климова*



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

Меню на 5 Марта 2024г. (12 часов)

День 7

№ 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		
<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	80	100	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	Аскорбиновая Кислота
	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>								
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. *Климова*



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

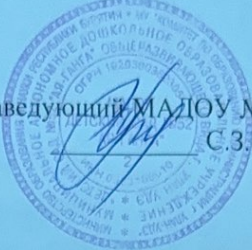
Меню на 6 Марта 2024г. (12 часов)

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>								
	Мандарин	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	180	200	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	
	Пряник	40	40	0,84	1,00	77,92	319,55	
<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. *Климова*

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



Меню на 7 Марта 2024г. (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	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 отварная	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	20	40	3,8	0,45	24,85	146,54	
	Шоколад Аленка	15	15					
<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.

