

ДОУ "Аленушка"

28 сентября 2026г.

## Меню САД 1 день

| Пищевая ценность   |       |         |       | Выход      | Наименование блюда                     | Стоимость питания |
|--------------------|-------|---------|-------|------------|----------------------------------------|-------------------|
| Белки              | Жиры  | Углевод | К.Кал |            |                                        |                   |
| <b>Завтрак сад</b> |       |         |       |            |                                        |                   |
| 4.95               | 9.75  | 13.3    | 158   | 150        | Каша овсяная из "Геркулеса" с маслом   | 12-89             |
| 0.24               | 0.06  | 13.73   | 53    | .180       | Чай с сахаром и лимоном                | 2-98              |
| 0.02               | 4.12  | 0.04    | 37    | .020/5     | Бутерброд с маслом                     | 7-03              |
| 5                  | 14    | 27      | 248   |            |                                        | 22-90             |
| <b>Завтрак2</b>    |       |         |       |            |                                        |                   |
| 0.16               | 0     | 14.56   | 57    | .100       | Напиток из сухофруктов                 | 1-23              |
| 0                  | 0     | 15      | 57    |            |                                        | 1-23              |
| <b>Обед сад</b>    |       |         |       |            |                                        |                   |
| 2.03               | 6.33  | 8.29    | 113   | .180/5     | Суп из овощей со смет                  | 7-44              |
| 3.49               | 4     | 21.37   | 133   | .100       | Макаронные изделия отварные            | 5-52              |
| 0.53               | 2.67  | 2.31    | 36    | .050       | Икра кабачковая                        | 12-13             |
| 2.38               | 4     | 1.6     | 36    | .050       | Шницель городской п/ф                  | 21-15             |
| 0.41               | 0     | 19.58   | 80    | 180        | Компот из кураги                       | 4-73              |
| 2.28               | 0.24  | 14.58   | 71    | .020       | Хлеб пшеничный                         | 1-53              |
| 3.3                | 0.6   | 17.1    | 90    | .020       | Хлеб "Урожайный"                       | 1-25              |
| 0.25               | 0.62  | 1.93    | 14    | .030       | Соус красный основной                  | 0-70              |
| 15                 | 18    | 87      | 573   |            |                                        | 54-45             |
| <b>Полдник сад</b> |       |         |       |            |                                        |                   |
| 4.14               | 3.01  | 29.4    | 163   | 050        | Сдоба обыкновенная                     | 3-73              |
| 5.04               | 5.76  | 7.38    | 106   | .150       | Кефир                                  | 17-09             |
| 9                  | 9     | 37      | 269   |            |                                        | 20-82             |
| <b>Ужин сад</b>    |       |         |       |            |                                        |                   |
| 23.61              | 21.85 | 96.35   | 650   | .150(075/7 | Гарнир слож.(капуста туш. и карт.пюре) | 14-54             |
| 0.2                | 0     | 5.5     | 23    | .180       | Чай со смородиной и сахаром            | 7-99              |
| 2.28               | 0.24  | 14.58   | 71    | .020       | Хлеб пшеничный                         | 1-53              |
| 3.3                | 0.6   | 17.1    | 90    | .020       | Хлеб "Урожайный"                       | 1-25              |
| 29                 | 23    | 134     | 834   |            |                                        | 25-31             |

Руководитель

Старшая медсестра

Калькулятор

Повар

Заведующий Косенкова Лариса Александровна

Причина АН



Сар!  
Яси!  
Сот/урники!  
Заведующий! Косен  
Повар!

## Меню ЯСЛИ 1 день

| Пищевая ценность    |       |         |       | Выход      | Наименование блюда                        | Стоимость<br>питания |
|---------------------|-------|---------|-------|------------|-------------------------------------------|----------------------|
| Белки               | Жиры  | Углевод | К.Кал |            |                                           |                      |
| <u>Завтрак ясли</u> |       |         |       |            |                                           |                      |
| 4.95                | 9.75  | 13.3    | 158   | .130       | Каша овсяная из "Геркулеса" с<br>маслом   | 11-17                |
| 0.24                | 0.06  | 13.73   | 53    | .150       | Чай с сахаром и лимоном                   | 2-48                 |
| 0.02                | 4.12  | 0.04    | 37    | .020/2     | Бутерброд с маслом                        | 4-61                 |
| 5                   | 14    | 27      | 248   |            |                                           | 18-26                |
| <u>завтрак2</u>     |       |         |       |            |                                           |                      |
| 0.16                | 0     | 14.56   | 57    | .100       | Напиток из сухофруктов                    | 1-23                 |
| 0                   | 0     | 15      | 57    |            |                                           | 1-23                 |
| <u>Обед ясли</u>    |       |         |       |            |                                           |                      |
| 2.03                | 6.33  | 8.29    | 113   | .180/5     | Суп из овощей со смет                     | 7-44                 |
| 3.49                | 4     | 21.37   | 133   | .100       | Макаронные изделия отварные               | 5-52                 |
| 0.53                | 2.67  | 2.31    | 36    | .030       | Икра кабачковая                           | 7-28                 |
| 2.38                | 4     | 1.6     | 36    | .050       | Шницель городской п/ф                     | 21-15                |
| 0.41                | 0     | 19.58   | 80    | .150       | Компот из кураги                          | 3-94                 |
| 2.28                | 0.24  | 14.58   | 71    | .020       | Хлеб пшеничный                            | 1-53                 |
| 3.3                 | 0.6   | 17.1    | 90    | .010       | Хлеб "Урожайный"                          | 0-63                 |
| 0.25                | 0.62  | 1.93    | 14    | .020       | Соус красный основной                     | 0-47                 |
| 15                  | 18    | 87      | 573   |            |                                           | 47-96                |
| <u>Полдник ясли</u> |       |         |       |            |                                           |                      |
| 4.14                | 3.01  | 29.4    | 163   | .050       | Сдоба обыкновенная                        | 3-73                 |
| 5.04                | 5.76  | 7.38    | 106   | .100       | Кефир                                     | 11-40                |
| 9                   | 9     | 37      | 269   |            |                                           | 15-13                |
| <u>Ужин ясли</u>    |       |         |       |            |                                           |                      |
| 23.61               | 21.85 | 96.35   | 650   | .150(075/7 | Гарнир слож.(капуста туш. и<br>карт.пюре) | 14-54                |
| 0.2                 | 0     | 5.5     | 23    | .150       | Чай со смородиной и сахаром               | 6-66                 |
| 2.28                | 0.24  | 14.58   | 71    | .020       | Хлеб пшеничный                            | 1-53                 |
| 3.3                 | 0.6   | 17.1    | 90    | .010       | Хлеб "Урожайный"                          | 0-63                 |
| 29                  | 23    | 134     | 834   |            |                                           | 23-36                |

Руководитель  Заведующий Косенкова Лариса Александровна  
 Старшая медсестра \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Пряшина АН  
 Повар  \_\_\_\_\_

