

## 20.12.2024 МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
<b>Завтрак</b>									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,39	0
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	7,23	3,26	7,53	2,23	30,59	215,6	0,58
30/10	Чай с молоком	180	3,99	3,64	3,23	0,09	15,08	102,4	0,67
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,62	0	0,06	33,03	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0
-	Сок	125	0,62	0	0,12	0	12,87	54,05	2,5
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>560</b>	<b>16,41</b>	<b>9,48</b>	<b>17</b>	<b>2,52</b>	<b>72,83</b>	<b>503,6</b>	<b>3,74</b>
<b>Обед</b>									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,72	0	3,57	3,57	4,72	51,11	1,02
19/2	Суп картофельный с рыбой	200	7,68	6,05	4,25	3,91	15,8	130,4	1,74
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,61	0,06	7,05	2,32	45,65	267,9	0,9
15/8	Бифштекс из мяса рубленый паровой*	80	14,44	14,44	31,22	2	0,34	340,1	0,09
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0,76	0,6	1,69	0,02	2,32	27,31	0,11
18/10	Кисель из ягод	180	0,1	0	0,04	0,04	24,77	97,02	1,08
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,72	55,97	0
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,59	67,68	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>760</b>	<b>36,28</b>	<b>21,16</b>	<b>48,39</b>	<b>12,44</b>	<b>119,92</b>	<b>1038</b>	<b>4,94</b>
<b>Полдник</b>									
18/12	Булка школьная	50	4,04	0,02	10,45	11	36,93	255,5	0
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>250</b>	<b>9,84</b>	<b>5,82</b>	<b>16,85</b>	<b>11</b>	<b>44,93</b>	<b>372,2</b>	<b>1,4</b>
<b>Итого за день</b>			<b>62,53</b>	<b>36,46</b>	<b>82,25</b>	<b>25,95</b>	<b>237,68</b>	<b>1913</b>	<b>10,08</b>

20.12.2024 Безмолочное МЕНЮ Ранний возраст

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Вита-мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
<b>Завтрак</b>									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,39	0
8/4	Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом	150	3,12	0	4,77	5,42	19,26	130,4	0
27/10	Чай	150	0,28	0	0,07	0,07	7,54	30,12	0
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,73	55,98	0
-	Сок	125	0,63	0	0,13	0	12,88	54,05	2,5
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>470</b>	<b>8,22</b>	<b>2,54</b>	<b>7,43</b>	<b>5,66</b>	<b>51,54</b>	<b>301,9</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,56	0	2,39	2,39	3,68	36,24	0,79
19/2	Суп картофельный с рыбой	180	7,2	5,73	3,84	3,52	14,22	118,7	1,57
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами безмолочное меню	130	7,41	0	7,49	8,51	39,48	244,1	0,78
15/8	Бифштекс из мяса рубленый паровой безмолочный*	60	10,68	10,68	23,28	1,5	0	252,3	0
18/10	Кисель из ягод	150	0,08	0	0,03	0,03	20,22	79,16	0,9
-	Хлеб ржаной	30	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,35	0
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>610</b>	<b>29,9</b>	<b>16,41</b>	<b>37,64</b>	<b>16,55</b>	<b>103,67</b>	<b>852,6</b>	<b>4,04</b>
<b>Полдник</b>									
18/12	Булка школьная безмолочная*	50	4,37	0,27	5,51	6	32,48	195,5	0
27/10	Чай (вариант 2)	170	0,07	0	0,02	0,02	4,21	16,34	0
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>220</b>	<b>4,44</b>	<b>0,27</b>	<b>5,53</b>	<b>6,02</b>	<b>36,68</b>	<b>211,9</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день</b>			<b>42,55</b>	<b>19,21</b>	<b>50,6</b>	<b>28,22</b>	<b>191,89</b>	<b>1366</b>	<b>6,54</b>



20.12.2024 МЕНЮ Ранний возраст

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
<b>Завтрак</b>									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,39	0
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	5,54	2,58	5,83	1,67	23,14	164,6	0,46
30/10	Чай с молоком	170	3,62	3,54	3,07	0,02	14,22	96,43	0,65
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,62	0	0,06	33,03	0
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,73	55,98	0
-	Сок	125	0,62	0	0,12	0	12,87	54,05	2,5
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>495</b>	<b>14,02</b>	<b>8,69</b>	<b>15,11</b>	<b>1,86</b>	<b>62,17</b>	<b>435,5</b>	<b>3,6</b>
<b>Обед</b>									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,56	0	2,39	2,39	3,64	36,11	0,78
19/2	Суп картофельный с рыбой	180	6,8	5,33	3,82	3,52	14,22	116,9	1,57
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	7,46	0,05	5,92	2,01	39,56	230,5	0,78
15/8	Бифштекс из мяса рубленный паровой*	60	10,83	10,83	23,42	1,5	0,25	255	0,07
1/11	Соус молочный (для поддачи к блюду)	20	0,53	0,42	1,09	0,01	1,59	18,13	0,08
18/10	Кисель из ягод	150	0,08	0	0,03	0,03	20,22	79,16	0,9
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,02	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>630</b>	<b>29,56</b>	<b>16,64</b>	<b>37,15</b>	<b>9,95</b>	<b>101,38</b>	<b>838,6</b>	<b>4,18</b>
<b>Полдник</b>									
18/12	Булка школьная	50	4,14	0,02	10,47	11	37,02	256,5	0
-	Кефир	150	4,35	4,35	4,8	0	6	87,45	1,05
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>200</b>	<b>8,49</b>	<b>4,37</b>	<b>15,27</b>	<b>11</b>	<b>43,02</b>	<b>343,9</b>	<b>1,05</b>
<b>Итого за день</b>			<b>52,07</b>	<b>29,7</b>	<b>67,53</b>	<b>22,8</b>	<b>206,57</b>	<b>1618</b>	<b>8,83</b>

20.12.2024 Безмолочное МЕНЮ

Утверждаю:

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
<b>Завтрак</b>									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,39	0
8/4	Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом	200	4,16	0	6,36	7,23	25,68	173,8	0
27/10	Чай	180	0,37	0	0,09	0,09	9,07	36,45	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0
-	Сок	125	0,63	0	0,13	0	12,88	54,05	2,5
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>555</b>	<b>9,68</b>	<b>2,54</b>	<b>9,08</b>	<b>7,52</b>	<b>61,84</b>	<b>362,9</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,84	0	3,58	3,58	5,47	54,17	1,18
19/2	Суп картофельный с рыбой	200	8,03	6,4	4,27	3,91	15,8	132	1,74
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами безмолочное меню	150	8,55	0	8,64	9,81	45,56	281,6	0,9
15/8	Бифштекс из мяса рубленый паровой безмолочный*	80	14,24	14,24	31,04	2	0	336,3	0
18/10	Кисель из ягод	180	0,1	0	0,04	0,04	24,27	94,99	1,08
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,73	55,98	0
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>730</b>	<b>35,72</b>	<b>20,64</b>	<b>48,15</b>	<b>19,92</b>	<b>117,42</b>	<b>1023</b>	<b>4,9</b>
<b>Полдник</b>									
18/12	Булка школьная безмолочная*	50	4,14	0,02	5,32	6	32,46	192,8	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,09	0	0,02	0,02	4,95	19,29	0
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>250</b>	<b>4,23</b>	<b>0,02</b>	<b>5,34</b>	<b>6,02</b>	<b>37,42</b>	<b>212,1</b>	<b>0</b>
<b>Итого за день</b>			<b>49,63</b>	<b>23,19</b>	<b>62,56</b>	<b>33,46</b>	<b>216,67</b>	<b>1598</b>	<b>7,4</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 585249322191308794809203999415189642533074891272

Владелец Садовникова Наталья Александровна

Действителен с 03.07.2024 по 03.07.2025