

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ Детский сад 76

/Леухина.Л.А/

МЕНЮ

9 января 2025 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	160	5,70	3,90	25,79	160,78
ЧАЙ	200	0,10	0,00	6,98	28,30
ПЕЧЕНЬЕ	40	1,88	2,45	18,60	104,25
Итого		7,68	6,35	51,37	293,33
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,62	1,02	4,57	30,55
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦЫ	200	6,58	3,48	19,39	135,39
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	8,99	8,84	16,95	184,34
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,72	30,86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,17	0,42	20,32	97,77
Итого		19,36	13,76	68,95	478,91
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,39	2,41	22,54	129,22
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,65	4,87	9,35	105,21
Итого		10,04	7,28	31,89	234,43
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	200	21,47	14,93	3,03	232,63
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,98	2,43	12,62	85,01
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,78	0,22	18,33	86,53
Итого		27,23	17,58	33,98	404,17
Всего		64,31	44,97	186,19	1 410,84

Зав. производством (шеф-повар)

Кау

Кашицына О.И.

Утверждаю

Заведующая

МАДОУ Детский сад 76

/Леухина Л.А./

МЕНЮ

9 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	140	3,59	2,54	16,24	101,97
ЧАЙ	170	0,18	0,00	5,22	21,58
ПЕЧЕНЬЕ	40	1,88	2,45	18,60	104,25
Итого		5,65	4,99	40,06	227,80
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	1,00	3,47	24,72
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА К/Б КУРИЦЫ	150	5,37	2,43	16,38	109,01
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	150	7,38	7,54	9,58	136,62
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,54	0,34	16,26	78,23
Итого		15,67	11,31	52,47	375,67
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,39	2,41	22,55	129,26
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,24	3,66	7,01	78,91
Итого		8,63	6,07	29,56	208,17
Ужин					
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	180	18,20	12,28	2,48	193,61
КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,68	2,19	10,20	71,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,78	0,22	18,33	86,53
Итого		23,66	14,69	31,01	351,93
Всего		53,61	37,06	153,10	1 163,57

Зав. производством (шеф-повар)

Каш

Кашицына О.И.

Утверждаю



Заведующая

МАОУ Детский сад 76

/Леухина Л.А./

МЕНЮ

9 января 2025 г.

Л-Д сад

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	160	5,70	3,90	25,79	160,78
ЧАЙ	200	0,11	0,00	6,99	28,35
ПЕЧЕНЬЕ	40	1,88	2,45	18,60	104,25
Итого		7,69	6,35	51,38	293,38
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,62	1,02	4,58	30,61
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦЫ	200	6,58	4,40	19,40	143,75
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	200	8,99	8,84	16,95	184,36
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,72	30,86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,17	0,42	20,32	97,77
Итого		19,36	14,68	68,97	487,35
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,96	2,04	21,86	121,48
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	7,72	30,86
Итого		3,96	2,04	29,58	152,34
Ужин					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,78	2,73	14,41	89,50
РЫБА ОТВАРНАЯ	60	9,04	0,51	0,00	40,93
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	7,16	6,48	0,40	88,51
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	18,32	73,25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,78	0,22	18,33	86,53
Итого		20,76	9,94	51,46	378,72
Всего		51,77	33,01	201,39	1 311,79

Зав. производством (шеф-повар)

Кау

Кашицына О.И.

Утверждаю



Заведующая
МАОУ Детский сад 76
/Леухина Л.А./

МЕНЮ

9 января 2025 г.

Л-Д ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	140	3,64	2,55	16,47	103,25
ЧАЙ	170	0,10	0,00	5,04	20,55
ПЕЧЕНЬЕ	40	1,88	2,45	18,60	104,25
Итого		5,62	5,00	40,11	228,05
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,38	1,00	3,47	24,72
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИИ НА К/Б КУРИЦЫ	150	5,37	3,40	16,38	117,73
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	150	7,38	7,54	9,58	136,52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого		15,78	12,29	53,17	387,64
Полдник					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,96	2,04	21,85	121,37
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09
Итого		3,96	2,04	28,63	148,46
Ужин					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	1,78	1,95	14,41	82,45
РЫБА ОТВАРНАЯ	50	7,53	0,43	0,00	34,09
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	60	7,16	6,48	0,40	88,52
КИСЕЛЬ	150	0,00	0,00	15,65	62,59
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,78	0,22	18,33	86,53
Итого		19,25	9,08	48,79	354,18
Всего		44,61	28,41	170,70	1 118,33

Зав. производством (шеф-повар) Кау Кашицына О.И.