


ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
	Омлет натуральный	1/150	225,2000
	Батон в/с	1/40	102,4000
	Чай с сахаром	1/200	26,8000
	Итого:		354,4000
Прием пищи Второй завтрак			
	Фрукты свежие в ассортименте	1/100	94,7000
	Итого:		94,7000
Прием пищи Обед			
	Салат из свеклы отварной	1/50	38,0000
	Суп крестьянский с крупой перловой	1/180	104,0220
	Рыба припущенная в молоке	1/80	69,6400
	Картофельное пюре	1/130	120,8133
	Компот из смеси сухофруктов	1/180	72,9000
	Хлеб ржаной	1/10	20,6000
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/30	71,1000
	Итого:		497,0753
Прием пищи Полдник			
	Рагу овощное	1/150	133,4000
	Котлеты из говядины	1/60	177,0390
	Чай с лимоном и сахаром	1/180	30,6000
	Хлеб ржаной	1/10	20,6000
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/30	71,1000
	Итого:		432,7390
Прием пищи Ужин			
	Кисель из клюквы	1/200	56,8000
	Кекс с изюмом	1/50	201,0000
	Итого:		257,8000
	Итого:		1636,7143

Шеф-повар Н.В. Пономарева /  (ФИО) (подпись)


Заведующий МДОУ ИРМО "9" 01.242 Р.З. Рогачевская /  (ФИО) (подпись)




3

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Пудинг из творога с яблоками	1/150	250,4000
2	Батон в/с	1/40	102,4000
3	Чай с лимоном и сахаром	1/200	34,0000
4			
	Итого:		386,8000
Прием пищи Второй завтрак			
1	Фрукты свежие в ассортименте	1/100	94,7000
	Итого:		94,7000
Прием пищи Обед			
1	Маринад овощной с томатом	1/60	74,7000
2	Суп картофельный с макарон изделиями	1/180	89,3430
3	Рагу овощное	1/150	133,4000
4	Биточки из говядины	1/60	177,039
5	Сок фруктовый	1/180	134,060
6	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/30	71,1000
7	Хлеб ржаной	1/20	41,2000
	Итого:		720,8415
Прием пищи Полдник			
1	Жаркое по домашнему	1/150	238,4000
2	Кисель из вишни	1/200	52,9000
3	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
4	Хлеб ржаной	1/25	52,0000
5			
6			
	Итого:		402,5500
Прием пищи Ужин			
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/180	81,0000
2	Батон в/с	1/20	51,2000
3			
	Итого:		132,2000
	Итого:		1737,0915

Шеф-повар Н.В. Пономарева /  (ФИО) (подпись)

Заведующий МДОУ ИРМО "10" 01.242 Р.З. Рогачевская /  (ФИО) (подпись)



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	1/170	231,8880
2	Батон в/с	1/40	118,5000
3	Какао с молоком	1/200	153,9200
4			
	Итого:		504,3080
Прием пищи Второй завтрак			
1	Фрукты свежие в ассортименте	1/100	94,7000
	Итого:		94,7000
Прием пищи Обед			
1	Салат картофельный с зеленым горошком	1/60	94,2000
2	Суп с рыбными консервами	1/200	115,6600
3	Макарон отварные	1/130	170,5600
4	Оладьи из пшена	1/50	160,0000
5	Чай без сахара	1/200	1,4000
6	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
7	Хлеб ржаной	1/25	52,0000
	Итого:		653,0700
Прием пищи Полдник			
1	Омлет с рисовой кашей	1/180	322,4090
2	Молоко кипяченое	1/200	117,3100
3	Сыр порциями	1/20	71,6000
4	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
5	Хлеб ржаной	1/25	52,0000
6			
	Итого:		622,5690
Прием пищи Ужин			
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/180	81,0000
2	Батон в/с	1/20	51,2000
3			
	Итого:		132,2000
	Итого:		2006,8470

Шеф-повар Н.В. Пономарева / (ФИО)

(подпись)

Заведующий МДОУ ИРМО "12" Оп. 242 Р.З. Роговичская / (ФИО)
"Хомутовский детский сад № 4"



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Каша "Дружба"	1/150	129,7950
2	Кофейный напиток с молоком	1/180	77,4000
3	Батон в/с	1/40	102,4000
4			
	Итого:		309,5950
Прием пищи Второй завтрак			
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/180	81,0000
	Итого:		81,0000
Прием пищи Обед			
1	Салат из свеклы с соевым огурцом	1/50	63,4000
2	Щи из свежей капусты	1/200	92,2000
3	Картофель отварной	1/130	158,1320
4	Гуляш	1/80	185,6000
5	Компот из сухофруктов	1/180	72,9000
6	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
7	Хлеб ржаной	1/25	52,0000
	Итого:		683,4820
Прием пищи Полдник			
1	Рагу овощное	1/150	133,400
2	Напиток из шиповника	1/200	65,3000
3	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
4	Хлеб ржаной	1/20	41,2000
5			
6			
	Итого:		299,1500
Прием пищи Ужин			
1	Кисель из апельсин	1/200	59,7000
2	Яйцо вареное	1/40	56,6000
3	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
4	Хлеб ржаной	1/25	52,0000
	Итого:		227,5500
	Итого:		1600,7770

Шеф-повар Н.В. Пономарева / (ФИО)

(подпись)

Заведующий МДОУ ИРМО "12" Оп. 242 Р.З. / (ФИО)
"Хомутовский детский сад № 4"

