УТВЕРЖДАЮ

. Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А.

**Меню ежедневного горячего питания на 13.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Каша рисовая молочная | 250 | 204,77 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 47,8 |
|  | Бутерброд с маслом | 35 | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **485** | **501,57** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из консервированной кукурузы | 60 | 26,12 |
|  | Рассольник Ленинградский мясокостном бульоне | 250 | 180,41 |
|  | Бефстроганов в молочном соусе | 100 | 175,82 |
|  | Макароны отварные | 180 | 133,46 |
|  | Компот из свежих плодов (апельсин) | 200 | 104,3 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **790** | **743,01** |
|  | | | |
| **Полдник** | Булочка Пермская | 80 | 236,3 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 22,37 |
|  | **Итого на полдник** | **280** | **258,67** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 549,25** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А,

**Меню ежедневного горячего питания на 14.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность. |
| **Завтрак** | Суп геркулесовый | 200 | 223,34 |
|  | Какао с молоком | 200 | 140,51 |
|  | Хлеб с повидлом | 35 | 24,9 |
|  | **Итого на завтрак** | **435** | **388,74** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат с соленым огурцом | 60 | 35,88 |
|  | Суп рыбный (сардина) с ячневой крупой | 250 | 122,84 |
|  | Капуста, тушенная с говядиной | 120 | 214,47 |
|  | Пюре картофельное | 180 | 165,87 |
|  | Компот из плодов сухих (смесь) | 200 | 56,1 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **870** | **718,06** |
|  | | | |
| **Полдник** | Бантик с сахаром | 80 | 242,1 |
|  | Кисель | 200 | 36 |
|  | **Итого на полдник** | **280** | **278,1** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 430,9** |

УТВЕРЖДАЮ

. Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 15.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Каша жидкая на молоке манная | 205 | 230,56 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | Бутерброд с маслом | 35 | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **440** | **499,46** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из отварной свеклы с чесноком | 60 | 173,56 |
|  | Биточки мясные рубленные паровые | 100 | 158,91 |
|  | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 122,16 |
|  | Компот из плодов свежих плодов (лимон) | 200 | 57,26 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **600** | **634,79** |
|  | | | |
| **Полдник** | Макароны отварные | 180 | 122,16 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **380** | **142,06** |
|  | **Итого на весь день** |  |  |
| **Итого** |  |  | **1 322,31** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 16.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 172,12 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 38,58 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 210,6 |
|  | **Итого на завтрак** | **430** | **421,3** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, зеленым горошком | 60 | 188,4 |
|  | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на м/б | 250 | 167,14 |
|  | Рыба в сметанном соусе | 85 | 217,9 |
|  | Рис отварной | 180 | 143,17 |
|  | Компот из плодов сухих (смесь) | 200 | 56,1 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **835** | **895,61** |
|  | | | |
| **Полдник** | Блинчики со сгущенкой | 85 | 200,4 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **285** | **220,3** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 583,21** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 17.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| Завтрак | Омлет натуральный запеченный | 80 | 119,71 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 200 | 51,45 |
|  | Хлеб с повидлом | 30 | 24,9 |
|  | **Итого на завтрак** | **310** | **196,06** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат винегрет | 60 | 189,6 |
|  | Суп картофельный с клецками на м\б | 250 | 244,57 |
|  | Плов из отварной говядины | 200 | 339,68 |
|  | Компот из плодов свежих плодов (яблоко) | 200 | 104,3 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **770** | **1 001,05** |
|  | | | |
| **Полдник** | Творожники песочные | 80 | 233,74 |
|  | Кисель | 200 | 36 |
|  | **Итого на полдник** | **285** | **269,74** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 512,85** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 20.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Суп с рисовой крупой | 250 | 164,45 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 29,9 |
|  | Бутерброд с маслом | 35 | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **485** | **443,35** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из консервированной кукурузы | 60 | 26,12 |
|  | Щи из квашенной капусты со сметаной | 250 | 156,39 |
|  | Гуляш из отварного мяса | 80 | 158,04 |
|  | Макароны отварные | 180 | 122,16 |
|  | Компот из плодов сухих (смесь) | 200 | 56,1 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **830** | **641,71** |
|  | | | |
| **Полдник** | Коржик молочный | 80 | 346,68 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **280** | **366,58** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 497,64** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 21.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Каша жидкая на молоке пшенная | 205 | 330,56 |
|  | Какао с молоком | 200 | 140,51 |
|  | Хлеб с повидлом | 30 | 24,9 |
|  | **Итого на завтрак** | **435** | **495,97** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат с соленым огурцом | 60 | 35,88 |
|  | Суп рыбный (сардина) с геркулесовой крупой | 250 | 267,28 |
|  | Жаркое по-домашнему | 220 | 256,54 |
|  | Компот из плодов свежих плодов (яблоко) | 200 | 104,3 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **790** | **786,9** |
|  | | | |
| **Полдник** | Шанежка наливная | 85 | 312,5 |
|  | Кисель | 200 | 36 |
|  | **Итого на полдник** | **285** | **348,5** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 677,37** |

УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 22.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Омлет натуральный запеченный | 80 | 119,71 |
|  | Чай с молоком и сахар | 200 | 39,05 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **310** | **445,05** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из отварной свеклы с изюмом | 60 | 173,56 |
|  | Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б | 250 | 167,14 |
|  | Тефтели мясные с соусом | 100 | 158,91 |
|  | Изделия макаронные группы А отварные | 180 | 133,46 |
|  | Компот из свежих плодов (апельсин) | 200 | 104,3 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **750** | **860,27** |
|  | | | |
| **Полдник** | Каша гречневая на молоке | 200 | 163,06 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **400** | **182,96** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 534,28** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 23.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Каша ячневая на молоке | 205 | 179,38 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | Бутерброд с маслом | 30 | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **435** | **448,28** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из отварной моркови с соленым огурцом и зеленым горошком | 60 | 54 |
|  | Суп картофельный с вермишелью на м/б | 250 | 167,14 |
|  | Сельдь соленая с луком м. р. | 55 | 174,9 |
|  | Пюре картофельное | 180 | 110,31 |
|  | Компот из плодов сухих (смесь) | 200 | 56,1 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **805** | **685,35** |
|  | | | |
| **Полдник** | Блинчики со сгущенкой | 85 | 200,4 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **285** | **220,3** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 399,93** |

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Табатский д/с «Ветерок»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Кузьмина Е.А

**Меню ежедневного горячего питания на 24.05.2024 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Каша «Дружба» | 200 | 146,91 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 200 | 58,12 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 210,6 |
|  | **Итого на завтрак** | **430** | **415,63** |
|  | | | |
| **Второй завтрак** | Сок фруктовый | 100 | 46 |
|  | | | |
| **Обед** | Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, зеленым горошком | 60 | 188,4 |
|  | Суп лапша на м/б | 200 | 139 |
|  | Гуляш из отварного мяса | 80 | 158,04 |
|  | Каша перловая | 180 | 122,16 |
|  | Компот из плодов свежих плодов (лимон) | 200 | 57,26 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **780** | **787,76** |
|  | | | |
| **Полдник** | Ватрушка с творогом | 80 | 204,80 |
|  | Кисель | 200 | 36 |
|  | **Итого на полдник** | **280** | **240,8** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 490,19** |