

МБДОУ №36 Астахова И.А.

ж.д.п.:

Чернов Кирилл Александрович

ИНН 61551078074
ОГРН 131361820490022
г. Ростов, Ростовская область

ЕНЮ
(ЯСЛИ)

НА 2024 год

2 Завтрак

Обед

Полдник

ДЕНЬ 2

--	--

Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,2	4,74	14,82	84,6	0	Могильный 2017год№120
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83	Могильный 2017год№377
Бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0	Могильный 2017 год №1

Всего за завтрак	365	6,74	7,89	34,822	244,6	2,83	
------------------	-----	------	------	--------	-------	------	--

2 Завтрак

Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	44	10	Могильный
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----	-----------

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной	155	1,5	5,12	8,16	84,6	5,88	Могильный 2017год №82
Котлеты рубленые из птицы	50	10,1	12,45	6,4	177	0,5	Могильный 2017год №294
Рис припущенный	110	2,64	6,6	26,18	146,63	0	Могильный 2017год №305
Соус сметанный	20	0,28	0,99	1,17	14,82	0,01	Могильный 2017год №331
Салат из свежих огурцов с помидорами	30	0,44	2,44	1,83	31,08	0	Могильный 2017год №24
Компот из смеси сухофруктов с витам.С	150	0,5	0,07	24	99,6	0,55	Могильный 2017год №349
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,33	4,9	30,94	0	Могильный
Хлеб ржаной	20	1,27	0,2	8,2	39,2	0	Могильный
Всего за обед	555	17,93	28,2	80,84	623,87	6,94	

Полдник

Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	1	Могильный 2017год №410
Кисломолочный продукт	150	2,8	2,5	3,9	50	0,19	Могильный 2017год №386
Всего за полдник	225	12,02	7,98	33,08	252	1,19	
Итого за второй день	1245	37,09	44,47	158,542	1164,47	20,96	

ДЕНЬ 3

Завтрак

Каша жидкая молочная из гречневой крупы	150	6,6	6,84	26,49	195,6	0,42	Могильный 2017год №183
Какао с молоком	160	3,26	2,83	14,06	95,11	0,72	Могильный 2017год №382
Бутерброд с повидлом	45	2,5	3,94	28,9	127,6	0,48	Могильный 2017год №2
Всего за завтрак	355	12,36	13,61	69,45	418,31	1,62	

2 Завтрак

Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40	Могильный 2017год №389
---------------	-----	-----	---	------	------	----	---------------------------

Обед

Суп картофельный с макаронными изд.	150	2,03	1,95	14,18	83,25	4,95	Могильный 2017год №103
Голубцы с мясом(ленивые)	150	16,4	22,32	13,7	330,2	0	Могильный 2017год №274
Морковь припущенная	30	0,42	1,077	0,42	19,8	0,69	Могильный 2017год №136
Кисель из сока фруктового с вит.С	150	1,04	0	31,8	125,2	2	Могильный 2017год №358
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,33	4,9	30,94	0	Могильный
Хлеб ржаной	20	1,27	0,2	8,2	39,2	0	Могильный
Всего за обед	520	22,36	25,877	73,2	628,59	7,64	

Полдник

Биточки манные с повидлом	100	2,6	4,05	35	184,6	0,15	Могильный 2017год №192
Чай с молоком	150	2,22	2,17	11,93	60,75	0	Могильный 2017год №378
Всего за полдник	250	4,82	6,22	46,93	245,35	0,15	

Итого за третий день	1225,00	40,04	45,71	199,68	1334,65	49,41	
----------------------	---------	-------	-------	--------	---------	-------	--

ДЕНЬ 4

Завтрак

Каша молочная овсяная жидкая	150	5,4	9,3	17,3	203,6	0,42	Могильный 2017год №182
Чай с сахаром и лимоном	160	0,11	0,02	9,07	36,44	0,2	Могильный 2017год №377
Бутерброд с сыром 30/10	40	4,9	18,2	12,46	131,88	0,04	Могильный 2017год №3
Всего за завтрак	350	10,41	27,52	38,83	371,92	0,66	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10	Могильный
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----	-----------

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	155	1,35	3,58	6,15	63,3	5,34	Могильный 2017год №88
Тефтели рыбные	80	6,61	6,44	9,41	122	4,7	Могильный 2017год №239
Рагу из овощей	110	1,73	6,93	9	105,53	8,2	Могильный 2017год №143
Салат из свежей капусты	30	0,4	2,42	2,55	32,34	0	Могильный 2017год №45
Сок яблочный	150	0,12	0,12	20,91	85,95	0,675	Могильный 2017год №389
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	0	Могильный
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0	Могильный
Всего за обед	575	13,3	20,15	64,39	496,79	18,915	

Полдник

Оладьи с повидлом	100	7,03	6,95	43,2	263,63	0	Могильный 2017год №401
Кефир	150	4,35	3,75	6	75	0	Могильный 2017год №386
Всего за полдник	250	11,38	10,7	49,2	338,63	0	
Итого за четвертый день	1275	35,49	58,77	162,22	1251,34	29,575	

ДЕНЬ 5

Завтрак

Каша жидкая молочная пшеничная	150	4,22	4,99	12,9	203,6	0,42	Могильный 2017год №182
Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	90,54	0,17	Могильный 2017год №379
Бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0	Могильный 2017год №1
Всего за завтрак	365	9,48	10,53	37,052	413,14	0,59	

2 Завтрак

Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40	Могильный 2017год №389
---------------	-----	-----	---	------	------	----	------------------------

Обед

Свежий огурец	30	0,24	0,03	0,51	3	0	Могильный
Суп картофельный с крупой	150	1,5	1,8	10,98	67,8	5,88	Могильный 2017год №101
Фрикадельки куриные	50	7,45	5,7	6,45	107,5	3,37	Могильный 2017год №297
Макароны отварные с маслом	110	3,82	4,05	21,32	137	0	Могильный 2017год №203
Соус сметанный	20	0,41	1,05	1,42	16,76	0,07	Могильный 2017год №332

Компот из смеси сухофруктов с вит.С	150	0,5	0,07	24	99,6	0,55	Могильный 2017год №349
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67		Могильный
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0	Могильный
Всего за обед	560	17,01	13,36	81,05	519,33	9,87	

Полдник

Сырники с молоком сгущенным 100/15	115	18,88	21,8	12,22	320	0,5	Могильный 2017год №224
Молоко кипяченое	150	4,57	8,63	7,55	85	2,47	Могильный 2017год №385
Всего за полдник	265	23,45	30,43	19,77	405	2,97	
Итого за пятый день	1290	50,44	54,32	147,972	1379,87	53,43	

ДЕНЬ 6

Завтрак

Макароны отварные с маслом и сахаром	130	5,07	3,67	24,68	195,12	0,01	Могильный 2017год №202
Чай с сахаром	180	0,6	0,01	13,5	54	0,3	Могильный 2017год №376
Бутерброд с повидлом 30/15	45	2,5	3,94	28,9	127,6	0,48	Могильный 2017год №2
Всего за завтрак	355	8,17	7,62	67,08	376,72	0,79	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10	Могильный
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----	-----------

Обед

Суп с картофельный с клецками	150	1,58	2,1	10,8	69,75	2,33	Могильный 2017год №108
Мясо духовое	173	13,05	14,17	11,18	224,25	9,72	Могильный 2017год №258
Салат из свежих огурцов	30	0,44	2,44	1,83	31,08	0	Могильный 2017год №20
Кисель из свежих плодов (яблок) с вит.С	150	0,05	0,03	17,28	83,7	1,35	Могильный 2017год №360
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	0	Могильный
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0	Могильный
Всего за обед	553	18,21	19,4	57,46	496,45	13,4	

Полдник

Булочка Российская	60	4,22	4,81	29,22	177	0	Могильный 2017год №430
Чай с молоком	150	2,22	2,17	11,93	60,75	0	Могильный 2017год №378
Всего за полдник	210	6,44	6,98	41,15	237,75	0	
Итого за шестой день	1218	33,22	34,4	175,49	1154,92	24,19	

ДЕНЬ 7

Завтрак

Каша рисовая молочная жидкая	155	3,64	7,65	23,865	179,3	0,42	Могильный 2017 год №182
Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83	Могильный 2017 год №377
Бутерброд с сыром 30/10	40	4,9	18,2	12,46	131,88	0,04	Могильный 2017год №3
Всего за завтрак	375	8,66	25,87	46,525	352,18	3,29	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,5	0	10,1	42,4	40	Могильный 2017год №389
---------------	-----	-----	---	------	------	----	------------------------

Обед

Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	1,5	5,12	8,16	84,6	5,88	Могильный 2017год №82
--	-----	-----	------	------	------	------	-----------------------

Котлеты, биточки,шницели	50	7,95	7,2	8	130,5	0,05	Могильный 2017год №268
Картофельное пюре	110	2,27	6,72	13,19	126,77	0,2	Могильный 2017год№128
Салат из свежей капусты с морковью	30	0,4	2,42	2,55	32,34	0	Могильный 2017год№45
Компот из плодов шиповника	150	0,51	0,42	15,58	66,15	5	Могильный 2017год№388
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	0	Могильный
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0	Могильный
Всего за обед	540	15,72	22,54	63,85	528,03	11,13	

Полдник

Запеканка из творога	100	12,6	22,49	25,76	323,38	0,3	Могильный 2017год №223
Соус молочный сладкий	20	0,4	0,9	2,65	20,3	0,07	Могильный 2017год №223
Кисломолочный продукт	150	2,8	2,5	3,9	50	0,19	Могильный 2017год №386
Всего за полдник	270	15,8	25,89	32,31	393,68	0,56	
Итого за седьмой день	1285	40,68	74,30	152,79	1316,29	54,98	

ДЕНЬ 8

Завтрак

Каша манная молочная жидкая	150	4,5	6,13	21,98	179,3	0,42	Могильный 2017год№181
Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,35	90,54	0,17	Могильный 2017год№379
Бутерброд с маслом 30/10	40	2,42	3,13	9,802	119	0	Могильный 2017год№1
Всего за завтрак	370	9,76	11,67	46,132	388,84	0,59	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10	Могильный
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----	-----------

Обед

Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/5	155	1,35	3,58	6,15	63,3	5,34	Могильный 2017год №88
Печень тушенная в соусе	50	6,4	4,52	2,22	82,5	8,48	Могильный 2017год№261
Рис припущенный	110	2,64	6,6	26,18	146,63	0	Могильный 2017год №305
Морковь припущенная	30	0,42	1,077	0,42	19,8	0,69	Могильный 2017год№136
Компот из смеси сухофруктов с вит.С	150	0,5	0,07	24	99,6	0,55	Могильный 2017год№349
Хлеб пшеничный	30	1,8	0,75	7,35	46,41	0	Могильный
Хлеб ржаной	30	1,91	0,3	12,3	59,4	0	Могильный
Всего за обед	555	15,02	16,897	78,62	517,64	15,06	

Полдник

Пирожок с повидлом	75	4,32	1,76	41,67	201	0,03	Могильный 2017год№406
Молоко кипяченое	150	4,57	8,63	7,55	85	2,47	Могильный 2017год№385
Всего за полдник	225	8,89	10,39	49,22	286	2,5	
Итого за восьмой день	1250	34,07	39,357	183,772	1236,48	28,15	

ДЕНЬ 9

Завтрак

Каша жидкая молочная овсяная	150	5,94	10,58	19,02	235,12	0,42	Могильный 2017год №182
---------------------------------	-----	------	-------	-------	--------	------	---------------------------

Чай с лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41	2,83	Могильный 2017год №377
Бутерброд с повидлом 30/15	45	2,5	3,94	28,9	127,6	0,48	Могильный 2017год№2
Всего за завтрак	375	8,56	14,54	58,12	403,72	3,73	

2 Завтрак

Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40	Могильный 2017год№389
---------------	-----	-----	---	------	------	----	--------------------------

Обед

Суп картофельный	150	2,03	1,95	14,18	83,25	0,11	Могильный 2017год №112
Плов из птицы	150	12,6	22,5	15,45	313,5	0,45	Могильный 2017 год№291
Свежий помидор	30	0,55	0,1	1,9	11	0	Могильный 2017год№70
Кисель из свежих плодов(яблок) с витамином"С"	150	0,05	0,03	17,28	83,7	1,35	Могильный 2017год №360
Хлеб пшеничный	25	1,5	0,41	6,12	38,67	0	Могильный
Хлеб ржаной	25	1,59	0,25	10,25	49	0	Могильный
Всего за обед	530	18,32	25,24	65,18	579,12	1,91	

Полдник

Кондитерское изделие	30	2,43	1,96	21,2	72,9	0,03	Могильный
Чай с молоком	180	2,66	2,6	14,31	60,75	0	Могильный 2017год №378
Всего за полдник	210	5,09	4,56	35,51	133,65	0,03	
Итого за девятый день	1215	32,47	44,34	168,91	1158,89	45,67	

ДЕНЬ 10

Завтрак

Каша жидкая молочная из гречневой крупы	150	6,6	6,84	26,49	195,6	0,42	Могильный 2017год №183
Чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	0,3	Могильный 2017год №376
Бутерброд с маслом 30/10	40	2,42	3,13	9,802	119	0	Могильный 2017год№1
Всего за завтрак	370	9,08	9,98	49,792	368,6	0,72	

2 Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	10	Могильный
---------------	-----	-----	-----	-----	----	----	-----------

Обед

Суп "Крестьянский"	150	1,9	4,63	11,89	105,98	0,1	Могильный 2017год№98
Жаркое по домашнему из мяса птицы	120	11,11	12,41	11,37	202,28	0,3	Могильный 2017год№276
Салат из свежей капусты	30	0,4	2,42	2,55	32,34	0	Могильный 2017год№45
Компот из плодов шиповника	150	0,51	0,42	15,58	66,5	1	Могильный 2017год№388
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,33	4,9	30,94	0	Могильный
Хлеб ржаной	20	1,27	0,2	8,2	39,2	0	Могильный
Всего за обед	490	16,39	20,41	54,49	477,24	1,4	

Полдник

Пирожок с картофелем и луком	75	4,51	2,3	26,66	160	0,03	Могильный 2017год№406
Какао с молоком	150	3,06	2,66	13,18	89,16	0,72	Могильный 2017год№382
Всего за полдник	225	7,57	4,96	39,84	249,16	0,75	

за десятый день	1185	33,44	35,75	153,922	1139	12,87	
Среднее значение за период	1244,8	38,001	50,312	165,0753	1243,617	36,758	
за 10 дней	12448,00	380,01	503,12	1650,75	12436,17	367,58	
норма по СанПин 70%-5%		29,4-33,6	37,6	162,4	1120		



**Всего прошито, пронумеровано
и скреплено печатью**

7 (семь) листов

прописью

Должность Бухгалтер предприятия

Подпись А. В. Чернов

