ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ПОНЕДЕЛЬНИК

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	5,34	7,97	14,83	150,34
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,30	26,10
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
		10,86	**12,00**	**52,41**	**361,24**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5,00	13,05	90,34
		2,94	**5,00**	**13,05**	**90,34**
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	50	0,85	3,05	3,97	47,96
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЯЙЦОМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/10/20	4,96	0,67	9,54	126,15
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	5,85	11,38	2,60	75,73
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,77	5,13	18,15	130,38
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,88	15,42	78,60
		19,01	**21,42**	**71,30**	**557,30**
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	12,27	14,87	31,12	320,56
СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	30	0,38	0,01	3,69	15,16
СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80
		16,55	**16,04**	**78,23**	**539,52**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,36**	**54,46**	**214,99**	**1 548,40**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ВТОРНИК

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,68	4,07	10,57	119,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51
		10,84	**12,13**	**52,22**	**367,75**
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76
		2,79	**5,00**	**13,07**	**90,76**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,55	3,08	1,74	37,91
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	4,52	5,78	13,88	125,92
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	11,12	10,86	42,63	302,79
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,66	0,27	19,05	93,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30
		18,97	**20,56**	**91,37**	**630,31**
Полдник					
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	8,57	9,06	17,95	205,94
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,35	5,72	19,28	142,34
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	1,62	0,18	17,10	72,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59
ПЕЧЕНЬЕ	21	1,58	2,06	15,62	87,57
		16,11	**17,15**	**76,31**	**538,44**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,71**	**54,84**	**232,97**	**1 627,26**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

СРЕДА

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,62	8,61	10,82	127,32
ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	200	9,40	3,50	33,14	197,90
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
		11,22	**12,12**	**52,18**	**360,13**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5,00	13,05	90,34
		2,94	**5,00**	**13,05**	**90,34**
Обед					
САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА)	50	0,52	2,55	1,79	32,70
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/15/5	1,97	3,96	19,65	98,02
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	6,87	9,87	7,31	167,45
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,35	4,98	33,26	206,99
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,41	0,07	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		20,69	**22,48**	**92,69**	**651,64**
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80/25	5,62	9,59	6,64	161,04
ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ (КАБАЧКИ) С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	135	0,96	2,48	7,34	56,33
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,64	0,28	22,00	92,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,91	2,17	33,29	174,00
		14,45	**14,70**	**77,75**	**524,86**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,30**	**54,30**	**235,67**	**1 626,97**

Шеф повар Прилуцкая Е.А.

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ЧЕТВЕРГ

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80
КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60
		10,29	**10,55**	**54,29**	**352,44**
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76
		2,79	**5,00**	**13,07**	**90,76**
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50
СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,72	8,85	6,21	140,99
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	2,52	2,35	30,44	162,10
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30
		17,35	**18,87**	**108,25**	**674,07**
Полдник					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,53	7,18	33,46	248,12
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,46	8,83	13,69	162,95
		16,55	**16,41**	**75,93**	**539,46**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**46,98**	**50,83**	**251,54**	**1 656,73**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ПЯТНИЦА

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	6,09	24,86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
		10,20	**11,60**	**52,42**	**360,00**
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	6,00	2,00	8,00	80,00
		6,00	**2,00**	**8,00**	**80,00**
Обед					
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	50	0,63	0,05	2,38	12,61
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8,33	6,58	18,63	118,34
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	150	3,28	9,98	23,12	196,22
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		18,64	**20,78**	**91,76**	**622,85**
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	10,48	12,90	15,29	280,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,17	4,19	45,06	182,59
		17,51	**17,32**	**79,17**	**548,49**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**52,35**	**51,70**	**231,35**	**1 611,34**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ПОНЕДЕЛЬНИК

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ	150	2,95	5,89	21,53	172,75
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
		10,84	**12,10**	**52,93**	**359,80**
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76
		2,79	**5,00**	**13,07**	**90,76**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,39	1,05	1,21	15,78
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/20	2,83	6,19	29,65	163,05
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	8,85	9,50	7,83	186,30
КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130	1,42	2,49	7,98	60,63
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,31	0,07	15,71	65,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		18,04	**20,43**	**90,52**	**630,80**
Полдник					
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	8,96	4,10	19,27	120,62
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,73	2,14	4,19	118,73
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,00	0,00	7,45	29,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,88	15,42	78,60
ПРЯНИКИ	30	1,77	10,41	12,10	109,80
		17,71	**17,79**	**71,15**	**518,74**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**49,38**	**55,32**	**227,67**	**1 600,10**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ВТОРНИК

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,62	8,61	10,82	127,32
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	200	8,58	3,10	23,36	151,39
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00
		10,80	**12,02**	**52,70**	**360,62**
II Завтрак					
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,80	5,00	13,14	90,07
		2,80	**5,00**	**13,14**	**90,07**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,55	3,08	1,74	37,91
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	3,13	5,84	10,87	112,16
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	70	8,96	8,09	19,15	185,25
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30
		18,03	**20,36**	**90,24**	**630,19**
Полдник					
СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	5,15	7,39	1,56	108,93
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ	130	2,92	7,05	3,68	90,53
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,34	0,08	11,35	67,98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	55	4,73	1,82	38,16	165,38
		16,34	**17,25**	**76,08**	**539,11**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**47,97**	**54,63**	**232,16**	**1 619,99**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

СРЕДА

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	6,30	14,76	164,81
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,17	2,48	13,02	55,25
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60
		10,53	**11,90**	**52,80**	**359,65**
II Завтрак					
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	200	2,94	5,00	13,05	90,34
		2,94	**5,00**	**13,05**	**90,34**
Обед					
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	50	3,23	3,42	5,54	65,87
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	2,06	4,18	21,00	141,30
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	7,11	9,25	18,22	179,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	140	2,78	2,12	11,38	76,73
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,29	0,09	14,04	59,37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
		18,67	**19,97**	**91,51**	**628,56**
Полдник					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	1,89	2,00	8,50	59,56
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	12,29	14,87	29,71	310,56
СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
		16,58	**17,45**	**71,35**	**521,52**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,72**	**54,32**	**228,71**	**1 600,07**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ЧЕТВЕРГ

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80
КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	2,89	5,08	20,80	139,43
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
		10,84	**12,09**	**52,10**	**360,65**
II Завтрак					
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	6,00	2,00	8,00	80,00
		6,00	**2,00**	**8,00**	**80,00**
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	50	3,05	6,10	3,41	81,30
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/10/10	2,43	5,22	1,92	110,67
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	6,13	4,91	9,92	76,55
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	2,52	17,00	101,81
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,09	0,06	30,66	120,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		18,66	**19,94**	**91,05**	**631,04**
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,93	4,46	0,27	60,92
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	6,30	9,19	20,45	200,09
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	60	3,69	3,52	29,85	164,18
		16,24	**17,35**	**65,83**	**493,07**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**51,74**	**51,38**	**216,98**	**1 564,76**

Шеф повар Прилуцкая Е.А.

ГБДОУ детский сад № 2

Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ детский сад № 2
Ю.Ю.Кудрявцева

МЕНЮ

Сад 12 часов

ПЯТНИЦА

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,02	93,99
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,94	2,43	10,73	77,16
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51
		10,80	**12,01**	**52,90**	**367,15**
II Завтрак					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76
		2,79	**5,00**	**13,07**	**90,76**
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00
БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	2,18	7,86	16,65	137,85
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	12,54	11,25	30,40	288,14
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	14,54	57,94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		19,41	**20,29**	**90,98**	**630,72**
Полдник					
РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	70	6,01	3,54	15,88	131,18
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,18	7,32	11,20	120,39
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,28	6,27	21,10	156,04
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39
		15,55	**17,49**	**77,22**	**539,85**
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		**48,55**	**54,79**	**234,17**	**1 628,48**

Шеф повар _____ Прилуцкая Е.А.