

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



Сведения о сертификате

Сертификат: 0F15A95615F221B9D179116B89505CA340BDCEFB
 Срок действия с 18.01.2021 по 16.01.2031
 Владелец: Беридзе Елена Александровна
 Организация: МБДОУ №11 "Подснежник" г. Симферополя
 Должность: Заведующий
 Основание: Я утверждаю этот документ
 Дата: 01-03-2024
 QR-код содержит адрес оригинала документа в сети



меню зима - весна

Заведующий
 «Подснежник»

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	1,5	6,34	80,
№94 Суп молочный с пшеном	150	1,45	2,06	10,6
№ 3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	0,0
№393 Чай с лимоном	150	0,02	0	69,9
Второй завтрак	100	0,1	0,1	1
б/н Сок	100	0,1	0,1	1
Обед	545	13,67	15,98	68,3
№71 Щи с квашеной капустой	150	0,71	3,8	4,5
№321 Пюре картофельное	120	1,52	3,42	14,
№286 Тефтели мясные	60	7,93	6,47	7,7
№356 Соус сметанный с луком	15	0,24	1,67	1,
№372 Компот	150	0,2	0,15	15,6
б/н Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,6
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9
Уплотненный полдник	330	4,01	4,61	34,0
№206 Макароны с сыром	150	3,88	4,61	27,8
б/н Огурец консервированный	30	0,13	0	0,2
№395 Кофейный напиток	150	0	0	5,9
ИТОГО:	1310	19,28	27,03	194,0

Ясли 12 ч

2 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	1,42	6,07	18,85
№94 Суп молочный манный	150	1,37	1,79	11,81
№ 3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	0,05
№397 Какао с молоком	150	0,02	0	6,99
Второй завтрак	150	4,4	3,8	6,3
№ 401 Ряженка	150	4,4	3,8	6,3
Обед	540	8,92	2,63	42,40
№ 109 Бульон с гречками	150	0,18	0	0,91
№ 115 Гренки пшеничные	15	1,66	0,26	9,62
№ 302 Птица тушеная	180	5,48	1,35	14,64
№355 Соус сметанный с томатом	15	0,19	0,81	0,85
№378 Кисель	150	0	0	1,5
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94
Уплотненный полдник	305	11,06	9,12	106,04
№256 Котлеты рыбные	60	6,85	2,84	3,76
№ 356 Соус сметанный	15	0,24	1,67	1,1
№ 474 Булочка	25	2,25	2,41	21,06
б/н Хлеб пшеничный	15	1,25	0,2	7,22
№ 393 Чай с лимоном	150	0,02	0	69,94
№ 25 Салат из отварных овощей	40	0,45	2	2,96
ИТОГО:	1330	25,8	21,62	173,65

Ясли 12 ч

3 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	1,57	4,28	8
№94 Суп молочный с крупой Артек	150	1,52		1
№3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	
№393 Чай с лимоном	150	0,02	0	6
Второй завтрак	100	0,1	0,1	
б/н Сок	100	0,1	0,1	
Обед	485	15,98	9,59	5
№81 Суп с бобовыми	150	3,45	2,6	1
№298 Голубцы ленивые	120	9,27	5,71	
№355 Соус сметанный	15	0,19	0,81	
№372 Компот	150	0	0	1
б/н Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	1
Уплотненный полдник	315	8,17	11,69	2
№237 Запеканка	50	6,83	10,41	
б/н Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	
№391 Чай	150	0	0	
№368 Фрукта	100	0,26	0	
ИТОГО:	1235	25,82	25,66	17

Если 12 ч

4 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	340	1,55	6,3	17,2
№94 Суп молочный гречневый	150	1,52	2,02	11,1
№3 Бутерброд с сыром	40	0,03	4,28	0,0
№395 Кофейный напиток	150	0	0	5,9
Второй завтрак	100	0,1	0,1	1
б/н Сок	100	0,1	0,1	1
Обед	525	12,06	10,12	60,6
№82 Суп с макаронными изделиями	150	1,45	1,55	11,
№261 Тефтели рыбные	60	7,44	3,24	7,7
№137 Рагу овощное	120	1,48	4,31	10,4
№355 Соус сметанный	15	0,19	0,81	0,8
№372 Компот	150	0,09	0	15,0
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9
Уплотненный полдник	270	2,29	4,83	15,4
№215 Омлет	60	0,02	2,57	0,0
№54 Икра свекольная	40	0,61	2	1,7
б/н Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,6
№391 Чай с лимоном	150	0	0	3,9
ИТОГО:	1235	16	21,35	104,2

Если 12 ч

5 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	0,06	5,99	
№94 Суп молочный с овсяными хлопьями	150	0,01	1,71	3
№3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	0
№393 Чай с лимоном	150	0,02	0	69
Второй завтрак	150	3	1	
№401 Кефир	150	3	1	
Обед	545	22,65	22,84	8
№65 Борщ зеленый	150	1,16	3,81	8
№165 Каша гречневая	120	7,21	5,76	38
№94 Оладьи из печени	60	11,08	11,93	3
№348 Соус томатный	15	0,13	0,87	0
№398 Напиток из шиповника	150	0	0	5
б/н Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14
Уплотненный полдник	325	8,45	11,18	31
№236 Пудинг из творога и риса	60	7,11	9,9	10
б/н Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	
№391 Чай	150	0	0	3
№368 Фрукта	100	0,26	0	8
ИТОГО:	1355	34,16	41,01	190

Если 12 ч

6 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод
Завтрак	335	1,57	6,3	
№94 Суп молочный с крупой Артек	150	1,52	2,02	
№3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	
№393 Чай с лимоном	150	0,02	0	
Второй завтрак	150	4,4	3,8	
№401 Ряженка	150	4,4	3,8	
Обед	530	13,77	14,41	
№76 Рассольник	150	0,88	3,03	
№205 Макароны	125	3,88	4,61	
№282 Котлеты рубленые	60	7,41	5,75	
№355 Соус сметанный	15	0,19	0,81	
№372 Компот	150	0	0	
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	
Уплотненный полдник	270	3,11	3,12	
№215 Омлет	60	0,02	2,57	
б/н Икра кабачковая	45	1,84	0,35	
№395 Кофейный напиток	150	0	0	
б/н Хлеб пшеничный	15	1,25	0,2	
ИТОГО:	1285	22,85	27,63	

Ясли 12ч

7 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	1,48	6,34	17,6
№94 Суп молочный с пшеном	150	1,45	2,06	10,6
№3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	0,0
№397 Какао с молоком	150	0	0	6,9
Второй завтрак	100	0,01	0,01	1
б/н Сок	100	0,01	0,01	1
Обед	555	14,4	11	76,6
№85 Суп карт с клецками	150	0,59	2	5,0
№120 Клецки	15	0,53	0,49	3,6
№304 Плов из птицы	160	9,99	8,04	28,1
№372 Компот	150	0,09	0	15,0
б/н Огурец консервированный	30	0,13	0	0,2
б/н Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,6
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,9
Уплотненный полдник	315	8,17	11,69	28,2
№237 Запеканка	50	6,83	10,41	6,8
б/н Повидло	15	1,08	1,28	8,
№391 Чай	150	0	0	3,9
№368 Фрукта	100	0,26	0	8,9
ИТОГО:	1305	24,06	29,04	133,5

Ясли 12 ч

8 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	1,42	6,07	81
№94 Суп молочный манный	150	1,37	1,79	11,
№3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	0,
№393 Чай с лимоном	150	0,02	0	69,
Второй завтрак	100	0,01	0,01	
б/н Сок	100	0,01	0,01	
Обед	500	11,64	10,41	54,
№57 Борщ с капустой и картофелем	150	1,21	3,6	6,
№276 Жаркое	170	8,82	6,45	16,
№372 Компот	150	0,2	0,15	15,
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,
Уплотненный полдник	280	9,29	6,65	21,
№261 Тефтели рыбные	60	7,44	3,24	7,
№355 Соус сметанный	15	0,19	0,81	0,
№45 Винегрет	40	0,41	2,4	2,
б/н Хлеб пшеничный	15	1,25	0,2	7,
№391 Чай	150	0	0	3,
ИТОГО:	1215	22,36	23,14	168,

Ясли 12 ч

9 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак	335	1,55	6,3	17,21
№94 Суп молочный гречневый	150	1,52	2,02	11,17
№3 Бутерброд с маслом	35	0,03	4,28	0,05
№395 Кофейный напиток	150	0	0	5,99
Второй завтрак	100	0,01	0,01	11
б/н Сок	100	0,01	0,01	11
Обед	530	17,99	14,03	70,76
№81 Суп картофельный с горохом	150	3,36	3,19	12,01
№115 Гренки пшеничные	15	1,66	0,26	9,62
№277 Гуляш	70	8,4	6,15	3,93
№132 Капуста тушеная	100	1,91	4,02	10,07
№372 Компот	150	0	0	12,97
б/н Хлеб пшеничный	15	1,25	0,2	7,22
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94
Уплотненный полдник	315	8,46	12,8	33,31
№229/230 Вареники ленивые	65	8,2	12,8	20,34
№391 Чай	150	0	0	3,99
№368 Фрукта	100	0,26	0	8,98
ИТОГО:	1280	28,01	33,14	132,28

Ясли 12 ч

10 день

Наименование блюда	Выход готовых блюд, г	Химический состав		
		Белки, г	Жиры, г	Угле
Завтрак	345	0,06	5,99	
№94 Суп молочный Геркулес	150	0,01	1,71	
№3 Бутерброд с сыром	45	0,03	4,28	
№393 Чай с лимоном	150	0,02	0	
Второй завтрак	150	3	1	
№401 Кефир	150	3	1	
Обед	555	12,26	12,1	
№87 Суп с рыбными консервами	150	1	1,02	
№286 Тефтели мясные	60	7,93	6,47	
№348 Соус томатный	15	0,13	0,87	
№321 Пюре картофельное	120	1,52	3,42	
б/н Огурец консервированные	30	0,13	0	
№372 Компот	150	0,14	0,11	
б/н Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	
Уплотненный полдник	265	1,72	4,77	
№215 Омлет	60	0,02	2,57	
№25 Салат из отварных овощей	40	0,45	2	
№397 Какао с молоком	150	0	0	
б/н Хлеб пшеничный	15	1,25	0,2	
ИТОГО:	1315	17,04	23,86	