

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

1 Derchm4 und 18a d/100

С

ОПЕРА
6078

Понедельник 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Суп молочный с крупой (гречневый) с маслом	180	6,24	7,5	20	172,56	1,95
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	0
Бутерброд с сыром	50/10	0,45	0,24	16,53	70	0
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Обед						
Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,56	8,7	6
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,8	7,8	14,2	150,9	25,7
Картофельное пюре	130	2,96	4,72	34,6	192,72	20,7
Котлета из говядины	70	7,2	8,9	11,24	153,86	0,6
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3	0,1
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Оладьи со сгущенным молоком	120/10	7,45	8,8	34,12	245,48	0,66
Фрукт	100	0,9	0,4	6,8	34,4	0,1
Чай без сахара	200	0,15	0,05	0,04	1,4	0,1
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		44,3	47,36	193,96	1378,86	56,01

Ст. Повар /

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Алькеевского муниципального района РТ

А. А. Турнина

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Меню (сад)

Вторник 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Запеканка творожная со стуженным молоком	130/20	4,84	6,32	20,8	159,44	0,77
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом и сыром	70	3,7	3,3	17,79	115,66	0,02
2-ой завтрак						
Сок	180	0	0	18	72	0
Обед						
Салат из белокочанной капусты	60	0,96	6	5,8	81,6	22
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	200/12/8	6,9	3,75	17,14	145,01	16
Макароны отварные со сливочным маслом	130	3,68	4,13	28,38	165,41	0
Кнели куриные	70	5,07	7,62	4,5	106,86	5
Компот из сухофруктов	180	0,054	0	15,7	63,36	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,1
Кондитерское изделие	50	2,75	4,5	23	143,5	0,26
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		39,544	43,79	204,38	1384,8	49,94

Завхоз / _____
Ст. Повар / _____

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Алькеевского муниципального района РТ

Согласовано: 18.09.2018 г. / [подпись]

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Гурнина А. А.

Меню (сад)

Среда 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша манная молочная со сливочным маслом	180	5,8	6,3	15,2	140,7	2,14
Чай сладкий с молоком	200	1,7	1,8	12,5	73	0,8
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Обед						
Салат из моркови с яблоком	60	0,7	6	8,4	90,9	2,4
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,87	7,89	12	142,6	33,2
Плов из говядины	190	9,16	7,5	34,1	240,54	1,1
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	18,4	75,4	2,4
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Булочка домашняя	60	6,3	8,8	20,4	186	0,15
Фрукт	100	1,44	0,17	6,88	32,13	6,1
Кисель	200	0	0	10	41,3	0,1
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		42,43	46,91	189,45	1349,11	48,59

Завхоз / _____
Ст. Повар / _____

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Альшеевского муниципального района РТ

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Меню (сад)

Четверг 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Омлет натуральный со сливочным маслом	150	6,3	8,1	19	174,1	1,1
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	0
Бутерброд с сыром	50/10	0,45	0,24	16,53	70	0
2-ой завтрак						
Сок	180	0	0	18	72	0
Обед						
Салат из свежих огурцов	60	0,432	6,4	1,4	61,77	5,4
Суп-лапша домашняя с курицей	200/12	6,2	5,4	17,8	144,6	10,22
Картофель, тушеный в соусе	130	3,45	6,78	18,44	147,98	15,99
Биточки рыбные из минтая	70	6,1	2,8	19,6	128	2,3
Чай с сахаром и лимоном	185/10/4	0,23	0,055	10,14	42	1,7
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Кондитерское изделие	50	2,75	4,55	33	183,9	0,26
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		38,382	43,165	198,78	1331,89	40,97

Завхоз /

Ст. Повар /

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"
Алькеевского муниципального района РТ

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Меню (сад)

Пятница 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	180/7/7	4,8	7,8	19,9	159,6	0
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом	50/10	3,6	0,8	19,1	98	0,1
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Обед						
Салат "Витаминный"	60	0,86	2,74	5,23	49,18	15,28
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Каша гречневая со сливочным маслом	130	5,85	6,55	33,54	197,37	0
Гуляш из куриных грудок	40/40	3,45	6,8	7,11	103,44	5,4
Компот из сухофруктов	180	0,054	0	15,7	63,36	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Сырники из творога	80/20	7,8	8,9	31	235,3	0,36
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,1
Чай без сахара	200	0,2	0,05	0,04	1,4	0,1
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		44,314	47,22	198,09	1365,54	32,33

Завхоз /

Ст. Повар /

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Алькеевского муниципального района РТ

А.А. Турнина

Председатель СПОС ПК "Эдем"

Утверждаю:

Турнина А. А.

Меню (сад)

Суббота 1 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Суп молочный вермишелевый	180	5,73	7,3	19,5	166,62	1,46
Чай сладкий с молоком	200	1,7	1,8	12,5	73	0,8
Бутерброд с маслом и сыром	70	3,7	3,3	17,79	115,66	0,02
2-ой завтрак						
Кисель	180	0	0	19,2	76,9	4,5
Обед						
Салат из отварной свеклы	60	0,432	4,05	1,4	43,8	5,4
Суп картофельный с крупой (пшениный) на мкб со сметаной	200/12/8	5,1	4,5	26,2	165,7	8,82
Жаркое по-домашнему из говядины	180	10,63	12,88	27,35	267,84	18,4
Компот из свежих плодов	180	0,152	0,152	13,7	56,79	4,94
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Кондитерское изделие	50	2,75	4,5	21,5	137,5	0,26
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,1
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		38,984	43,782	197,21	1338,95	44,8

Завхоз /

Ст. Повар /

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Алькеевского муниципального района РТ

С. Ю. Теремок

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Гуркина А. А.

Меню (сад)

Понедельник 2 недели

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом	180/7/7	4,2	5,1	14,2	119,5	1,75
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	0
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
2-ой завтрак						
Сок	180	0	0	18	72	0
Обед						
Салат из моркови	60	0,7	6	6,88	84,7	2,7
Борщ с капустой и картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,8	7,8	14,2	150,9	25,7
Картофельное пюре	130	2,96	4,72	34,6	192,72	20,7
Тефтели рыбные с сметанным соусом	70/30	5,3	2,1	5,4	56,2	1,3
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	18,4	75,4	2,4
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	8,7	99,2	0,1
Полдник						
Слойка домашняя	65	7,6	8,8	29,1	226	0,169
Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3	0,1
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		37,1	42,46	199,38	1370,52	58,919

Завхоз / _____
Ст. Повар / _____

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"
Альшеевского муниципального района РТ

С. С. Теремок
С. С. Теремок

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Меню (сад)

Вторник 2 недели

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,2	8,2	17,94	162,36	1,95
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом	50/10	3,6	0,8	19,1	98	0,1
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Обед						
Салат "Витаминный"	60	0,432	6,4	1,4	61,77	5,4
Суп крестьянский на мкб со сметаной	200/12/8	6,9	3,75	17,14	145,01	16
Макаронные отварные со сливочным маслом	130	3,68	4,13	28,38	165,41	0
Котлета куриная	70	5,4	5,56	8,15	104,2	0,62
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Компот из свежих фруктов	180	0,152	0,152	13,7	56,79	4,94
Полдник						
Кисель	180	0	0	19,2	76,9	4,5
Фрукт	100	0,4	0,4	2,8	16,4	0,1
Пирожок печеный с картофелем	65	7,9	8,8	17,1	179,2	4,55
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		43,854	45,962	188,38	1353,6	40,01

Завхоз / _____
Ст. Повар / _____

Согласовано: _____
Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский дет
Алькеевского муниципального района РТ
С. А. Теремок, *С. А. Теремок* *с/м*

Председатель СПОСПК "Эдем"
Турнина А. А.

Турнина А. А.

Меню (сад)

Среда 2 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Пудинг из творога	150	5,74	7,08	20,29	167,84	0,77
Чай сладкий с молоком	200	1,7	1,8	12,5	73	0,8
Бутерброд с маслом и сыром	70	3,7	3,3	17,79	115,66	0,02
2-ой завтрак						
Сок	180	0	0	18	72	0
Обед						
Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,48	0,06	1,56	8,7	2,61
Суп с вермишелью и картофелем с курицей со сметаной	200/12/8	6,2	8	17,8	168	10,22
Каша гречневая со сливочным маслом	130	5,85	6,55	33,54	197,37	0
Гуляш из отварной говядины	40/40	3,8	6,5	3,2	86,5	1,83
Компот из сухофруктов	180	0,054	0	15,7	63,36	0,04
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Кондитерское изделие	50	2,75	4,5	21,5	137,5	0,26
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,1
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		39,064	43,09	199,95	1325,07	20,65

Завхоз /

Ст. Повар /

Согласовано: МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Утверждаю: Председатель СПОСПК "Эдем"

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Алькеевского муниципального района РТ

Турнина А. А.

Меню (сад)

Четверг 2 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	180/7/7	4,3	5,04	14,4	120,16	1,89
Какао с молоком	200	4,08	3,94	16,6	116,8	0
Бутерброд с повидлом	75	2,82	3,48	23,3	135,8	0,1
2-ой завтрак						
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Обед						
Винегрет овощной	60	0,87	4,04	5,27	61,07	5,8
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мкб	200/12/8	5,87	7,89	12	142,6	33,2
Картофель, тушеный в соусе	130	3,45	6,78	18,44	147,98	15,99
Биточки рыбные из минтая	70	6,1	2,8	19,6	128	2,3
Компот из яблок и изюма	180	0,25	0,07	18,4	75,4	2,4
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Оладьи со стуженным молоком	120/10	7,45	8,8	34,12	245,48	0,66
Фрукт	100	0,8	0,4	5,8	30	0,1
Чай без сахара	200	0,2	0,05	0,04	1,4	0,1
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		44,58	48,19	196,24	1395,43	62,64

Завхоз /

Ст. Повар /

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Альшеевского муниципального района РТ

В. В. Теремок

Утверждаю:

Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Меню (сад)

Пятница 2 неделя

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Омлет натуральный со сливочным маслом	150	6,3	8,1	19	174,1	1,1
Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,87	15,2	96,82	1,75
Бутерброд с маслом	50/8	2,2	0,64	15,5	76,56	0,1
2-ой завтрак						
Сок	180	0	0	18	72	0
Обед						
Салат из моркови с яблоками	60	0,7	6	8,4	90,9	2,4
Суп с клецками с курицей со сметаной	200/12	6,2	5,1	17,8	141,9	10,22
Плов из птицы	190	9,48	10,22	30,9	253,5	4,98
Компот из свежих фруктов	180	0,152	0,152	13,7	56,79	4,94
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Кондитерское изделие	50	2,75	4,55	21,55	138,15	0,26
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,1
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		39,372	42,932	198,12	1335,66	29,85

Завхоз /

Ст. Повар /

Согласовано:

Заведующая МБДОУ "Базарно-Матаковский детский сад "Теремок"

Альшеевского муниципального района РТ

А.И. Чиркунова

А.И. Чиркунова



Утверждаю:
Председатель СПОСПК "Эдем"

Турнина А. А.

Меню (сад)

Суббота 2 недели

Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	К/кал	Витамин С
Завтрак						
Каша молочная пшенная со сливочным маслом	180/7/7	3,69	5,5	19,94	144,02	1,75
Чай сладкий с молоком	200	1,7	1,8	12,5	73	0,8
Батон нарезной	50	1,2	1,5	16,9	85,9	0
Яйцо отварное	40	3,8	2,72	0,29	40,84	0
2-ой завтрак						
Кисель	180	0	0	19,2	76,9	4,5
Обед						
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	60	1	6,06	5,6	80,9	5,4
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	200/12	6,11	5,41	13,2	125,93	9,1
Макароны отварные со сливочным маслом	130	3,68	4,43	28,38	156,67	0
Тефтели мясные	70	5,1	5,36	6,3	93,84	1,35
Компот из изюма	180	0,306	0	20,2	82	0
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50	3,19	0,4	20,71	99,2	0,1
Полдник						
Кондитерское изделие	50	2,75	4,55	21,55	138,15	0,26
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44,4	0,1
Кисломолочный продукт	180	5,2	4,5	7,56	91,54	0
Цена:	152,35					
Итого за 1 день:		38,126	42,63	202,13	1333,29	23,36

Завхоз /

Ст. Повар /