

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №24 «Родничок»



Утверждено
Распоряжением №01-р от 09.01.2024

Десятидневное меню

ЯСЛИ

Зимний период

Десятидневное меню: Ясли 12 - Зима 2024-2025 (Копия)

День	Завтрак	2й завтрак	Обед	Полдник	Хим. состав
День 1	1. Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес" 150 2. Какао с молоком 150 3. Печенье 15	1. Яблоко свежее 80	1. Бульон из курицы 150 2. Гренки из пшеничного хлеба 11 3. Плов из птицы 150 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150 6. Салат из свеклы 40	1. Ватрушка с творогом 60 2. Молоко кипяченое 158,4	Б: 47,626 (26%) Ж: 52,624 (24,4%) У: 150,495 (-17,6%) К: 1226,79 (-2,6%)
День 2	1. Омлет натуральный 110 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Ряженка 155,2 2. Пряник 17	1. Суп картофельный с бобовыми (м.г,горох) 150 2. Тефтели 60 3. Греча отварная 100 4. Соус сметанный с луком 30 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 6. Компот из свежих фруктов 150	1. Пюре картофельное 110 2. Котлета рыбная 60 3. Чай с сахаром и лимоном 150 4. Салат из моркови 40 5. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 70,454 (86,4%) Ж: 56,475 (33,5%) У: 181,702 (-0,5%) К: 1488,535 (18,1%)
День 3	1. Суп молочный с макаронными изделиями 150 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Апельсин 100	1. Свекольник 150 2. Печень по-строгоновски 75 3. Пюре картофельное 110 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150 6. салат из квашеной капусты 40	1. Чай с сахаром и лимоном 150 2. Пирожок с капустой и яйцом 60	Б: 45,237 (19,7%) Ж: 45,78 (8,2%) У: 143,056 (-21,7%) К: 1157,485 (-8,1%)
День 4	1. Запеканка творожная 80 2. Молоко сгущенное 20 3. Кофейный напиток 150 4. Бутерброд с маслом 35	1. Яблоко свежее 80	1. Суп картофельный с рыбой 150 2. Гуляш из курицы 70 3. Макароны отварные с маслом 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150 6. Салат из соленых огурцов с луком 40	1. Жаркое по-домашнему с курой 170 2. Компот из сухофруктов 150 3. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 72,517 (91,8%) Ж: 61,239 (44,8%) У: 168,913 (-7,5%) К: 1475,458 (17,1%)

День 5	1. Каша вязкая манная молочная 150 2. Бутерброд с сыром 44 3. Какао с молоком 150	1. Йогурт питьевой 155,2 2. Печенье 15	1. Суп картофельный с вермишелью 150 2. Мясо куриное тушеное с овощами 150 3. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 4. Компот из сухофруктов 150	1. Капуста тушеная 150 2. Батон нарезной обогащенный 35 3. Чай с сахаром и лимоном 150 4. Мясные ёжики 60 5. Яйца вареные 20	Б: 54,868 (45,2%) Ж: 54,965 (29,9%) У: 167,266 (-8,4%) К: 1374,32 (9,1%)
День 6	1. Каша вязкая пшеничная молочная 150 2. Кофейный напиток 150 3. Печенье 15	1. Яблоко свежее 80	1. Суп картофельный с клёцками 150 2. Кура, тушеная в сметанном соусе 80 3. Рис отварной 100 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150 6. Салат из моркови 40	1. Ряженка 155,2 2. Сырники творожные со сгущенным молоком 100	Б: 59,75 (58,1%) Ж: 55,633 (31,5%) У: 168,815 (-7,6%) К: 1396,135 (10,8%)
День 7	1. Омлет натуральный 110 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Ряженка 155,2 2. Пряник 17	1. Щи из квашеной капусты с мясом 150 2. Суфле рыбное 65 3. Пюре картофельное 110 4. Соус сметанный с луком 30 5. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 6. Компот из сухофруктов 150 7. Салат из свеклы 40	1. Чай с сахаром и лимоном 150 2. Оладьи со сгущенным молоком 100	Б: 53,064 (40,4%) Ж: 48,233 (14%) У: 151,633 (-17%) К: 1243,9 (-1,3%)
День 8	1. Каша гречневая молочная жидкая 150 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Апельсин 100	1. Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на курином бульоне 150 2. Макароны отварные с маслом 100 3. Печень по-строгановски 75 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150	1. Запеканка картофельная с отварным мясом 150 2. салат из квашеной капусты 40 3. Компот из сухофруктов 150 4. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 58,015 (53,5%) Ж: 52,195 (23,4%) У: 178,454 (-2,3%) К: 1394,679 (10,7%)

День 9	1. Пудинг из творога с яблоками 130/20 2. Какао с молоком 150 3. Бутерброд с маслом 35	1. Яблоко свежее 80	1. Рассольник на курином бульоне 150 2. Греча отварная 100 3. Котлета из говядины 60 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из сухофруктов 150 6. Салат из свеклы 40	1. Чай с сахаром и лимоном 150 2. Пирожок с капустой и яйцом 60	Б: 55,431 (46,6%) Ж: 52,734 (24,7%) У: 153,641 (-15,9%) К: 1290,03 (2,4%)
День 10	1. Каша вязкая манная молочная 150 2. Кофейный напиток 150 3. Бутерброд с сыром 44	1. Йогурт питьевой 155,2 2. Печенье 15	1. Борщ с капустой и картофелем 150 2. Пюре картофельное 110 3. Тефтели рыбные в молочном соусе 60/30 4. Хлеб ржано-пшеничный обогащенный 36 5. Компот из свежих фруктов 150 6. салат из соленых огурцов с луком и зеленым горошком 40	1. Капуста тушеная с мясом куры и рисом 170 2. Чай с сахаром и лимоном 150 3. Яйца вареные 20 4. Батон нарезной обогащенный 40	Б: 65,329 (72,8%) Ж: 52,397 (23,9%) У: 176,171 (-3,6%) К: 1425,214 (13,1%)

заведующий: _____ / Винк Н.А.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580842

Владелец Винк Наталия Александровна

Действителен с 27.02.2024 по 26.02.2025