



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

1 день

Сад 12 часов аллергии

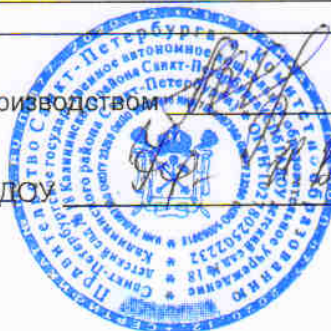
18.01

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (крупа рисовая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	6	2,3	48,6	201,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	8,78	2,89	75,5	325,2
Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
Итого	240	1,1	0,38	23,72	105,6
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки зеленые, вода, сахар, масло подсолнечное.) 5*	30	0,4	1,5	2,5	25,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль,петрушка св.) 1*	250/25	11,1	7,9	31,2	269,6
ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (филе индейки,лук репчатый,картофель,масло растительное, мука ,вода, соль,) 3*	50	11,8	17,3	18,9	217,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия , масло подсолнечное, соль) 1*	160	0	5,1	0	46,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,7	87
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ (изюм, сахар, вода) 1*	180	0,4	0,1	24,5	101,4
Итого	760	27	32,5	113,7	812,7
Полдник					
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ (говядина, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	40/40	8	17,3	10,3	239,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая,вода,масло подсолнечное) 1*	120	1,5	5,1	8,2	84,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0/09	13,5	54
Итого	420	12,28	22,99	45,4	448
ВСЕГО		53,66	63,96	258,32	1691,5

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

2 день

Сад 12 часов аллергии

19.01

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ИЗ КУКУРУЗЫ И РИСА "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупка рисовая, крупка кукурузная, вода, масло подсолнечное, сахар, соль) 1*	180	8,8	9,6	38,1	149,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	11,58	10,19	65	273,3
Завтрак					
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, вода) 1*	180	0,7	0	24,4	100,8
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
Итого	240	0,9	0,2	30,6	129
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ(картофель,лук репчатый,масло растительное,огурцы св.)0	30	0,51	1,26	1,53	29,07
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ИНДЕЙКОЙ(индейка,картофель,лук репчатый,вермишель,масло раст.,соль,вода,петрушка св.)	250/25	9	12	13,8	163,5
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (говядина, вода,масло подсолнечное, мука, соль) 3*	50	7,6	8,3	5,3	129
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, соль, масло подсолнечное) 1*	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	180	0,1	0,1	24,4	100
Итого	735	23,61	27,66	82,13	649,57
Полдник					
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ (говядина, масло подсолнечное, лук репчатый, капуста блоочанная, мука, сахар, соль, лавровый лист) 3*	180	17,5	18,7	13,3	352,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука, сахар песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,7	3,1	32,5	168,1
Итого	450	22,98	22,39	72,7	643,9
ВСЕГО		59,07	60,44	250,43	1695,77

Зав. производством

Зав. ГБДОУ

Способ приготовления блюд:

1* - отварное блюдо

2* - запеченное блюдо

3* - тушеное блюдо

4* - выпечное блюдо

5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА-ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

3 день

Сад 12 часов аллергии

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (крупа гречневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	5,3	4,6	46,2	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	8,08	5,19	73,1	289,6
Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода, сахар) 1*	180	0,1	0,1	24,6	100
ФРУКТЫ (банан свежий)	70	1,1	0,4	14,7	67,2
Итого	250	1,2	0,5	39,3	167,2
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,2	0	0,8	4,2
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль, петрушка св.) 1*	250/25	21,1	17,9	14,2	294,5
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина, картофель, вода, масло подсолнечное, соль) 2*	70	17,9	23,9	2	243,2
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, капуста белокочанная, соль, вода, масло подсолнечное, мука, лук репчатый, лавровый лист, перец черный горошком) 3*	160	2,5	3,4	13,5	95,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	180	0,09	0,09	23,76	97,2
Итого	765	45,09	45,89	71,06	821,3
Полдник					
ОЛАДЫ С СОУСОМ (мука, вода, дрожжи, сахар, соль, масло растительное, курага, крахмал картофельный, яблоко св.) 4*	150/30	4,7	2,7	78	274,9
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар, крахмал картофельный, вода) 1*	180	0,3	0,1	32,4	130,7
ФРУКТЫ (яблоки зеленые)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
Итого	420	5,2	3	116,3	433,8
ВСЕГО		59,57	54,58	299,76	1711,9

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА-ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

4 день

Сад 12 часов аллергии

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал					
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г						
Завтрак										
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (крупа ячневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	3,7	3,6	36,1	193					
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6					
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54					
Итого	400	6,48	4,19	63	316,6					
Завтрак										
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,18	17,82	77,4					
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2					
Итого	240	1,1	0,38	23,72	105,6					
Обед										
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, яблоки зеленые, вода, сахар, масло подсолнечное) 5*	30	0,4	1,5	2,5	25,6					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль, петрушка св.) 1*	250/25	9,7	14,1	61	268,8					
ПЛОВ (грудка(филе) индейки, крупа рисовая, масло подсолнечное, лук репчатый, соль) 3*	200	15,1	9	14,9	289,4					
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87					
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ(изюм, сахар, вода) 1*	180	0,4	0,1	24,5	101,4					
Итого	735	28,9	25,3	119,7	772,2					
ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (говядина, лук репчатый, соль) 1*						70	20,6	17,6	0,5	242
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло подсолнечное, соль) 1*						150	0	4,8	0	42,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)						40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*						180	0,18	0,09	13,5	54
Итого						440	23,38	22,99	40,7	408,4
ВСЕГО							59,86	52,86	247,12	1602,8

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

5 день

Сад 12 часов аллергии

" " 2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ(крупa кукурузная, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	2,8	3,5	38,8	165,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	5,58	4,09	65,7	289,2
Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар, крахмал картофельный, вода) 1*	180	0,3	0,1	32,4	130,7
ФРУКТЫ (грушa свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
Итого	240	0,5	0,3	38,6	158,9
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,2	0	0,8	4,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль,петрушка св.) 1*	250/25	10,9	6,9	8,6	141,1
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина, масло подсолнечное, лук репчатый, мука, вода, соль, лавровый лист, перец черный горошком) 3*	60/30	7,3	21,6	1,3	288,8
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло подсолнечное) 1*	160	3,1	4,5	25,1	153,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(сахар,вода,компотная смесь)	180	0,54	0,09	28,53	117,9
Итого	785	25,34	33,69	81,13	792,4
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина, крупa рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	180	6,2	16,7	14	272,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука, сахар, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,4	7,9	33,2	353,6
Итого	450	11,38	25,19	74,1	749,8
ВСЕГО		42,8	63,27	259,53	1990,3

Зав. производством

Зав. складом



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА-ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

6 день

Сад 12 часов аллергии

" " 2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ (крупа рисовая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	6	2,3	48,6	201,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	8,78	2,89	75,5	325,2
Завтрак					
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ (курага, сахар, вода) 1*	180	0,7	0	24,4	100,8
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
Итого	240	0,9	0,2	30,3	129
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ(картофель,лук репчатый,масло растительное,огурцы св.,соль)	30	0,51	1,26	1,53	29,07
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль,петрушка св.) 1*	250/25	15,1	12,9	36,3	253,3
БИТОЧЕК ИЗ ГОВЯДИНЫ (говядина б/к,картофель,масло подсолнечное,соль) 2*	60	15,3	22,5	24,5	282,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло подсолнечное, соль) 1*	160	0	5,1	14,2	46,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Итого	775	35,11	42,54	111,15	775,87
Полдник					
КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное) 2*	70	13,9	16,02	12,9	336
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное, лук репчатый, мука, сахар, соль, лавровый лист) 3*	120	2,5	3,9	10,5	89
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	410	19,18	20,51	50,3	548,6
ВСЕГО		63,97	66,14	267,25	1778,67

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5*-холодное блюдо



МЕНЮ

7 день

Сад 12 часов аллергии

" " 2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупя гречневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	5,3	4,6	46,2	166
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	8,08	5,19	73,1	289,6
Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,18	17,82	77,4
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
Итого	240	1,1	0,38	24,02	105,6
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ (капуста белокочанная, морковь, яблоки зеленые, вода, сахар, масло подсолнечное) 5*	30	0,4	1,5	2,5	25,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, макаронные изделия, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль,петрушка св.) 1*	250/25	9	12	13,8	163,5
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	200	11,2	25,8	48,2	426
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
КОМПОТ ИЗ ЯГОД СУШЕНЫХ(изюм, вода, сахар) 1*	180	0,4	0,1	24,5	101,4
Итого	735	24,3	40	105,8	803,5
Полдник					
ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ (говяжья печень, мука, масло подсолнечное, лук репчатый, соль) 3*	60/20	15,1	9	14,9	289,4
ПЮРЕ ОВОЩНОЕ (картофель, капуста белокочанная, тыква свежая, лук репчатый, масло подсолнечное) 1*	120	3	4,4	14,5	130,2
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	420	20,88	13,99	56,3	543,2
ВСЕГО		54,36	59,56	259,22	1741,9

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

8 день

Сад 12 часов аллергии

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ИЗ КУКУРУЗЫ И РИСА "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ(крупа рисовая, крупа кукурузная, вода, масло подсолнечное, сахар, соль) 1*	180	8,8	9,6	38,1	149,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	11,58	10,19	65	273,3
Завтрак					
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	180	0,09	0,09	23,76	97,2
ФРУКТЫ (банан свежий)	70	1,1	0,4	14,7	67,2
Итого	250	1,19	0,49	38,46	164,4
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,2	0	0,8	4,2
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль, петрушка св.): 1*	250/25	10,9	6,9	8,6	141,1
КОТЛЕТА ИЗ ИНДЕЙКИ (грудка(филе) индейки, картофель, вода, масло подсолнечное, соль) 2*	70	4,6	17,6	0,5	242
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (картофель, лук репчатый, тыква свежая, капуста белокочанная, масло подсолнечное, лавровый лист, соль, вода, мука) 3*	160	1,9	6,9	10,8	113,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	180	0,1	0,1	24,4	100
Итого	765	21	32,1	61,9	688,1
Полдник					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (говядина, вода, масло подсолнечное, мука, соль) 3*	50	7,6	8,3	5,3	129
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, соль, масло подсолнечное) 1*	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука, сахар песок, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,7	3,1	32,5	168,1
Итого	470	16,18	17,39	85	561,7
ВСЕГО		49,95	60,17	250,36	1687,5

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



В.И. Ковалев
В.И. Ковалев



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

9 день

Сад 12 часов аллергии

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (крупа ячневая, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	3,7	3,6	36,1	193
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	6,48	4,19	63	316,6
Завтрак					
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА (сок яблочный, сахар, крахмал картофельный, вода) 1*	180	0,3	0,1	32,4	130,7
ФРУКТЫ (яблоко зеленое)	60	0,2	0,2	5,9	28,2
Итого	240	0,5	0,3	38,3	158,9
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ(картофель,лук репчатый,масло растительное,огурцы св.,соль)	30	0,51	1,26	1,53	29,07
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ (говядина, картофель, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, вода, соль,петрушка св.) 1*	250/25	9,7	14,1	61	268,8
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное, соль) 3*	200	4,9	18,6	15,4	325,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(компотная смесь, сахар, вода) 1*	180	0,54	0,09	28,53	117,9
Итого	735	18,95	34,65	123,26	828,17
Полдник					
КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ (говядина, картофель, лук репчатый, масло подсолнечное) 2*	70	13,9	16,02	12,9	336
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия , масло подсолнечное, соль) 1*	150	0	4,8	13,3	42,8
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Итого	440	16,68	21,41	53,1	502,4
ВСЕГО		42,61	60,55	277,66	18,07

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо



ООО "АЛЬФА - ПРОВИАНТ"

**МЕНЮ**

10 день

Сад 12 часов аллергии

2021

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (крупа кукурузная, вода, соль, сахар, масло подсолнечное) 1*	180	2,8	3,5	38,8	165,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар) 1*	180	0,18	0,09	13,5	54
Итого	400	5,58	4,09	65,7	289,2
Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки зеленые, вода, сахар) 1*	180	0,1	0,1	24,4	100
ФРУКТЫ (груша свежая)	60	0,2	0,2	6,2	28,2
Итого	240	0,3	0,3	30,6	128,2
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,2	0	0,8	4,2
СУП ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ (говядина, вода, кабачки св., капуста б/к св., картофель, лук репчатый, масло растительное, мука, соль, петрушка св.) 1*	250/25	3,3	1	12,2	137,3
БЕФ СТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ (говядина, мука, вода, соль) 3*	60/30	7,3	21,6	1,3	288,8
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (картофель, масло подсолнечное) 1*	160	3,1	4,5	25,1	153,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	50	3,3	0,6	16,8	87
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода, сахар) 1*	180	0,1	0,1	24,6	100
Итого	785	17,3	27,8	80,8	770,7
Полдник					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ (филе индейки, картофель, вода, масло подсолнечное, соль) 2*	60	11,6	16,4	1,7	301,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное, лук репчатый, мука, сахар, соль, лавровый лист) 3*	120	2,5	3,9	10,5	89
ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,6	0,5	13,4	69,6
ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода, сахар)	180	0,18	0,09	13,5	54
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ (мука, сахар, масло подсолнечное, соль, дрожжи сухие, вода) 4*	50	2,4	7,9	33,2	353,6
Итого	450	19,28	28,79	72,3	867,4
ВСЕГО		42,46	60,98	249,4	2055,5

Способ приготовления блюд:

- 1* - отварное блюдо
- 2* - запеченное блюдо
- 3* - тушеное блюдо
- 4* - выпечное блюдо
- 5* - холодное блюдо

Зав. производством

Зав. ГБДОУ



С.С. Савельев
Н.В. Коваленко