

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Е. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Е.В. Егоркина
Мурицкий ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино,

Меню детсада (от 3 до 7 лет^)
(от 3 до 7 лет^ д1 н1)

Выход (г)	Наименование блюда	кКал, белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
205	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным:	кКал-230, Белки-7,3, Жиры-8,2, Угл-32
Крупа пшеничная, Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
30	Бутерброд с маслом:	кКал-66,3, Белки-2,11, Жиры-0,98, Угл-12,26
Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
180	Какао с молоком:	кКал-107, Белки-3,67, Жиры-3,19, Угл-15,82
Какао порошок, Сахар-песок, Молоко пастеризованное		
Итого за Завтрак1		кКал-403,3, Белки-13,01, Жиры-12,43, Угл-60,08
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок фруктовый *	кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Итого за Завтрак2		кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
<u>Обед</u>		
50	Салат из свеклы отварной с маслом растительным *	кКал-66, Белки-0,75, Жиры-5, Угл-4,5
Свекла, Масло подсолнечное рафинир., Соль		
200	Суп картофельный с вермишелью:	кКал-96,8, Белки-3,12, Жиры-2,24, Угл-16
Картофель, Вермишель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир., Соль, Лавровый лист		
70	Котлета рубленая из птицы:	кКал-180, Белки-11, Жиры-9,8, Угл-9,2
Грудка куриная (н/к), Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Соль, Сухари панировочные, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
130	Каша гречневая рассыпчатая:	кКал-179, Белки-3,13, Жиры-4, Угл-32,9
Крупа гречневая ядрица, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
180	Компот из сухофруктов:	кКал-118, Белки-0,54, Жиры-0,09, Угл-28,6
Компотная смесь, Сахар-песок, Кислота лимонная		
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-729,8, Белки-21,26, Жиры-21,45, Угл-108,2
<u>Полдник</u>		
120	Сырники творожные со сгущенным молоком:	кКал-267, Белки-19,1, Жиры-15,2, Угл-13,5
Творог, Мука пшеничная, хлебопекарная, в/с, Яйцо куриное, Сахар-песок, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Молоко сгущенное		
30	Печенье :	кКал-125, Белки-2,25, Жиры-2,94, Угл-22,32
200	Кефир:	кКал-62, Белки-6, Жиры-0,2, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-454, Белки-27,35, Жиры-18,34, Угл-43,82
Всего по Меню детсада (от 3 до 7 лет^)		кКал-1 630,1, Белки-62,12, Жиры-52,32, Угл-222

Зав. Пр. _____

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
В.Е. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Егоркина Е.В.
Мурицкий ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино)

Меню детского сада (от 3 до 7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
205	Каша молочная питательная с тыквой и маслом сливочным:	кКал-248, Белки-7, Жиры-8, Угл-17
Крупа пшено, Тыква, Молоко пастеризованное, Сахар-песок, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
30	Бутерброд с сыром:	кКал-83, Белки-3,9, Жиры-3,15, Угл-9,7
Батон нарезной из муки в/с с микроэлементами, Сыр		
180	Кофейный напиток с молоком:	кКал-90,5, Белки-2,85, Жиры-2,41, Угл-14,36
Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко пастеризованное		
Итого за Завтрак1		кКал-421,5, Белки-13,75, Жиры-13,56, Угл-61,06
Завтрак2		
100	Яблоко *	кКал-47, Белки-0,4, Жиры-0,4, Угл-9,8
Итого за Завтрак2		кКал-47, Белки-0,4, Жиры-0,4, Угл-9,8
Обед		
50	Огурец соленый кусочком*	кКал-6,5, Белки-0,16, Угл-3,6
205	Борщ с картофелем и сметаной:	кКал-105, Белки-2,78, Жиры-4,86, Угл-12,6
Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное рафинир., Сахар-песок, Кислота лимонная, Соль, Сметана, Лавровый лист		
70	Котлеты(биточки) рыбные:	кКал-113, Белки-11,1, Жиры-6,68, Угл-2,14
Минтай (филе) с/м, Батон нарезной из муки в/с с микроэлементами, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
130	Рис отварной :	кКал-71,9, Белки-7,4, Жиры-2,4, Угл-5,2
Крупа рис (пропаренный), Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
180	Напиток апельсиновый :	кКал-94,5, Белки-0,18, Угл-23,13
Апельсины, Сахар-песок		
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-480,9, Белки-24,34, Жиры-14,26, Угл-63,67
Полдник		
150	Макароны запеченные с сыром :	кКал-246, Белки-8,73, Жиры-7,25, Угл-34,7
Макаронные изделия группы А, в/с, Сыр, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
30	Пряники:	кКал-108,6, Белки-1,7, Жиры-1,5, Угл-22,5
200	Молоко кипяченое:	кКал-113, Белки-6,1, Жиры-5,2, Угл-10,09
Итого за Полдник		кКал-467,6, Белки-16,53, Жиры-13,95, Угл-67,29
Всего по Меню детского сада (от 3 до 7 лет)		кКал-1 417, Белки-55,02, Жиры-42,17, Угл-201,82

Зав. Пр. _____

Меню детсада (от 3 до 7 лет^)

(от 3 до 7 лет^ д3 н1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
205	Каша гречневая молочная с маслом сливочным: <i>Крупа гречневая ядрица, Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-221, Белки-7,4, Жиры-7,9, Угл-30
40	Бутерброд с повидлом: <i>Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Повидло</i>	кКал-97,2, Белки-1,74, Жиры-0,24, Угл-23,2
200/5	Чай с сахаром и лимоном: <i>Чай листовой, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-41,6, Белки-0,05, Жиры-0,1, Угл-10,1
Итого за Завтрак1		кКал-359,8, Белки-9,19, Жиры-8,24, Угл-63,3
Завтрак2		
100	Сок фруктовый *	кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Итого за Завтрак2		кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Обед		
50	Икра свекольная* <i>Свекла, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Кислота лимонная</i>	кКал-65, Белки-2,1, Жиры-4,05, Угл-6,06
205	Рассольник ленинградский со сметаной: <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Соль, Сметана, Лавровый лист</i>	кКал-101,7, Белки-2,29, Жиры-4,19, Угл-13,62
200	Жаркое по-домашнему (кур филе) <i>Грудка куриная (н/к), Картофель, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное рафинир., Соль</i>	кКал-354,7, Белки-22,5, Жиры-21,5, Угл-17,9
180	Компот из сухофруктов: <i>Компотная смесь, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-118, Белки-0,54, Жиры-0,09, Угл-28,6
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-729,4, Белки-30,15, Жиры-30,15, Угл-83,18
Полдник		
130/30	Запеканка из творога с морковью и сгущенным молоком <i>Творог, Крупа манная, Сахар-песок, Морковь, Яйцо куриное, Молоко пастеризованное, Масло подсолнечное рафинир., Сухари панировочные, Соль, Сметана, Молоко сгущенное</i>	кКал-418,32, Белки-16,7, Жиры-15,8, Угл-52,3
25	Батон нарезной из пшеничной муки в/с:	кКал-59, Белки-1,98, Жиры-0,23, Угл-12,08
200	Молоко кипяченое:	кКал-113, Белки-6,1, Жиры-5,2, Угл-10,09
Итого за Полдник		кКал-590,32, Белки-24,78, Жиры-21,23, Угл-74,47
Всего по Меню детсада (от 3 до 7 лет^)		кКал-1 722,52, Белки-64,62, Жиры-59,72, Угл-230,85

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
И.Е. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Егоркина Е.В.
Мушинский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино)

Меню детсада (от 3 до 7 лет^)
(от 3 до 7 лет^ д4 н1)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
205	Каша манная молочная с маслом сливочным:	кКал-194,5, Белки-6,2, Жиры-6,56, Угл-27,67
Крупа манная, Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
30	Бутерброд с сыром:	кКал-83, Белки-3,9, Жиры-3,15, Угл-9,7
Батон нарезной из муки в/с с микроэлементами, Сыр		
180	Какао с молоком:	кКал-107, Белки-3,67, Жиры-3,19, Угл-15,82
Какао порошок, Сахар-песок, Молоко пастеризованное		
Итого за Завтрак1		кКал-384,5, Белки-13,77, Жиры-12,9, Угл-53,19
<u>Завтрак2</u>		
90	Мандарин *	кКал-34,2, Белки-0,72, Жиры-0,18, Угл-6,8
Итого за Завтрак2		кКал-34,2, Белки-0,72, Жиры-0,18, Угл-6,8
<u>Обед</u>		
50	Икра морковная *	кКал-53,3, Белки-0,8, Жиры-3,8, Угл-3,4
Морковь , Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Кислота лимонная		
205	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной:	кКал-82, Белки-2,48, Жиры-4,48, Угл-6,4
Капуста белокочанная, Картофель , Морковь , Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир., Соль, Сметана , Лавровый лист		
80	Печеночные оладьи:	кКал-219,2, Белки-14,24, Жиры-13,6, Угл-9,92
Печень говяжья, Батон нарезной из муки в/с с микроэлементами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Соль, Масло подсолнечное рафинир.		
130	Пюре картофельное:	кКал-122,7, Белки-2,7, Жиры-4,7, Угл-17,7
Картофель , Соль, Молоко пастеризованное, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%		
180	Компот из свежих яблок:	кКал-87,8, Белки-0,14, Жиры-0,14, Угл-21,5
Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная		
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-655, Белки-23,08, Жиры-27,04, Угл-75,92
<u>Полдник</u>		
180	Голубцы ленивые:	кКал-285, Белки-15,8, Жиры-19,23, Угл-9,15
Капуста белокочанная, Соль, Говядина б/к , Крупа рис (пропаренный), Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир.		
25	Батон нарезной из пшеничной муки в/с:	кКал-59, Белки-1,98, Жиры-0,23, Угл-12,08
50	Булочка "Домашняя" молочная:	кКал-159, Белки-3,64, Жиры-6,26, Угл-22
Мука пшеничная, хлебопекарная, в/с, Сахар-песок, Масло подсолнечное рафинир., Яйцо куриное, Соль, Дрожжи сухие		
200	Кефир:	кКал-62, Белки-6, Жиры-0,2, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-565, Белки-27,42, Жиры-25,92, Угл-51,23
Всего по Меню детсада (от 3 до 7 лет^)		кКал-1 638,7, Белки-64,99, Жиры-66,04, Угл-187,14

Зав. Пр. _____

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Е. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Егоркина Е.В.
Муринский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино,

Меню детского сада (от 3 до 7 лет) (от 3 до 7 лет, д5 н1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
180	Макароны запеченные с сыром:	кКал-295, Белки-10,47, Жиры-8,7, Угл-41,6
	Макаронные изделия высшего сорта в/с, Сыр, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%	
40	Бутерброд с повидлом:	кКал-97,2, Белки-1,74, Жиры-0,24, Угл-23,2
	Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Повидло	
180	Кофейный напиток с молоком:	кКал-90,5, Белки-2,85, Жиры-2,41, Угл-14,36
	Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко пастеризованное	
Итого за Завтрак1		кКал-482,7, Белки-15,06, Жиры-11,35, Угл-79,16
Завтрак2		
100	Сок фруктовый *	кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Итого за Завтрак2		кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Обед		
50	Салат из моркови и яблок*	кКал-41,3, Белки-0,43, Жиры-0,05, Угл-3,94
	Морковь, Яблоки свежие, Масло подсолнечное рафинир.	
205	Суп овощной со сметаной:	кКал-80, Белки-1,62, Жиры-4,26, Угл-6,4
	Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Соль, Сметана, Лавровый лист	
180	Плов из филе птицы:	кКал-389, Белки-18,6, Жиры-20,9, Угл-33,2
	Грудка куриная (н/к), Крупа рис (пропаренный), Масло подсолнечное рафинир., Лук репчатый, Морковь, Томатная паста, Соль	
180	Компот из сухофруктов:	кКал-118, Белки-0,54, Жиры-0,09, Угл-28,6
	Компотная смесь, Сахар-песок, Кислота лимонная	
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-718,3, Белки-23,91, Жиры-25,62, Угл-89,14
Полдник		
70	Тефтели (1-й вариант)	кКал-182,5, Белки-10,4, Жиры-12,2, Угл-7,7
	Говядина б/к, Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир., Мука пшеничная, хлебопекарная, в/с, Соль	
130	Пюре картофельное:	кКал-122,7, Белки-2,7, Жиры-4,7, Угл-17,7
	Картофель, Соль, Молоко пастеризованное, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%	
25	Батон нарезной из пшеничной муки в/с:	кКал-59, Белки-1,98, Жиры-0,23, Угл-12,08
200	Кефир:	кКал-62, Белки-6, Жиры-0,2, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-426,2, Белки-21,08, Жиры-17,33, Угл-45,48
Всего по Меню детского сада (от 3 до 7 лет)		кКал-1 670,2, Белки-60,55, Жиры-54,4, Угл-223,68

Зав. Пр.

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Е. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Егорова Е.В.
Муриновский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино),
(от 3 до 7 лет, 41-42)
МДОБУ

Меню детского сада (от 3 до 7 лет ^)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
205	Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным: <i>Крупа рис (круглый), Крупа пшено, Молоко пастеризованное, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Сахар-песок, Соль</i>	кКал-228, Белки-6,41, Жиры-10,8, Угл-27,7
30	Бутерброд с сыром: <i>Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Сыр</i>	кКал-83, Белки-3,9, Жиры-3,15, Угл-9,7
200/5	Чай с сахаром и лимоном: <i>Чай листовой, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-41,6, Белки-0,05, Жиры-0,1, Угл-10,1
Итого за Завтрак1		кКал-352,6, Белки-10,36, Жиры-13,55, Угл-47,5
Завтрак2		
100	Яблоко *	кКал-47, Белки-0,4, Жиры-0,4, Угл-9,8
Итого за Завтрак2		кКал-47, Белки-0,4, Жиры-0,4, Угл-9,8
Обед		
50	Салат из зеленого горошка с луком * <i>Горошек зеленый консервированный, Масло подсолнечное рафинир., Лук зеленый</i>	кКал-46, Белки-1,45, Жиры-3,1, Угл-3,2
205	Рассольник ленинградский со сметаной: <i>Картофель, Крупа перловая, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Соль, Сметана, Лавровый лист</i>	кКал-101,7, Белки-2,29, Жиры-4,19, Угл-13,62
70	Котлета рубленая из птицы: <i>Грудка куриная (н/к), Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Соль, Сухари панировочные, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-180, Белки-11, Жиры-9,8, Угл-9,2
130	Пюре картофельное: <i>Картофель, Соль, Молоко пастеризованное, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-122,7, Белки-2,7, Жиры-4,7, Угл-17,7
180	Напиток апельсиновый: <i>Апельсины, Сахар-песок</i>	кКал-94,5, Белки-0,18, Угл-23,13
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-634,9, Белки-20,34, Жиры-22,11, Угл-83,85
Полдник		
120	Сырники творожные со сгущенным молоком: <i>Творог, Мука пшеничная, хлебопекарная, в/с, Яйцо куриное, Сахар-песок, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Молоко сгущенное</i>	кКал-267, Белки-19,1, Жиры-15,2, Угл-13,5
200	Молоко кипяченое:	кКал-113, Белки-6,1, Жиры-5,2, Угл-10,09
30	Печенье:	кКал-125, Белки-2,25, Жиры-2,94, Угл-22,32
Итого за Полдник		кКал-505, Белки-27,45, Жиры-23,34, Угл-45,91
Всего по Меню детского сада (от 3 до 7 лет ^)		кКал-1 539,5, Белки-58,55, Жиры-59,4, Угл-187,06

Зав. Пр.

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Е. Сорокина

Составлено
Заведующий МДОБУ
Е.А. Егорова
Мушинский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино),
(от 3 до 7 лет¹, д2 н2)

Меню детского сада (от 3 до 7 лет¹)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
205	Каша гречневая молочная с маслом сливочным: <i>Крупа гречневая ядрица, Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,3%</i>	кКал-221, Белки-7,4, Жиры-7,5, Угл-30
30	Бутерброд с маслом: <i>Батон нарезной из муки в/с с микроэлементами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-66,3, Белки-2,11, Жиры-0,98, Угл-12,26
180	Какао с молоком: <i>Какао порошок, Сахар-песок, Молоко пастеризованное</i>	кКал-107, Белки-3,67, Жиры-3,19, Угл-15,82
Итого за Завтрак1		кКал-394,3, Белки-13,18, Жиры-12,07, Угл-58,08
Завтрак2		
100	Сок фруктовый *	кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Итого за Завтрак2		кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Обед		
50	Огурец соленый кусочком *	кКал-6,5, Белки-0,16, Угл-3,6
205	Борщ с картофелем и сметаной: <i>Свекла, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное рафинир., Сахар-песок, Кислота лимонная, Соль, Сметана, Лавровый лист</i>	кКал-105, Белки-2,78, Жиры-4,86, Угл-12,6
180	Запеканка картофельная с отварным мясом: <i>Говядина б/к, Картофель, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир., Сухари панировочные, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-368,64, Белки-15,55, Жиры-21,03, Угл-29,38
180	Компот из свежих яблок: <i>Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-87,8, Белки-0,14, Жиры-0,14, Угл-21,5
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-657,94, Белки-21,35, Жиры-26,35, Угл-84,08
Полдник		
150	Омлет натуральный: <i>Яйцо куриное, Молоко пастеризованное, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Масло сладко-сливочное несоленое 82,3%</i>	кКал-286, Белки-14,5, Жиры-21, Угл-2,9
50	Булочка "Домашняя" молочная: <i>Мука пшеничная, хлебопекарная, в/с, Сахар-песок, Масло подсолнечное рафинир., Яйцо куриное, Соль, Дрожжи сухие</i>	кКал-159, Белки-3,64, Жиры-6,26, Угл-22
200	Кефир:	кКал-62, Белки-6, Жиры-0,2, Угл-8
25	Батон нарезной из пшеничной муки в/с:	кКал-59, Белки-1,98, Жиры-0,23, Угл-12,08
Итого за Полдник		кКал-566, Белки-26,12, Жиры-27,69, Угл-44,98
Всего по Меню детского сада (от 3 до 7 лет¹)		кКал-1 661,24, Белки-61,15, Жиры-66,21, Угл-197,04

Зав. Пр. _____

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Е. Сорокина

Согласовано
Заседующий МДОБУ
Борозина Е.В.
Муринский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино),

Меню детского сада (от 3 до 7 лет)

(от 3 до 7 лет)

Выход (г)	Наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал), белки (г), жиры (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак 1		
205	Каша рисовая молочная с маслом сливочным: <i>Крупа рис (круглая), Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-211, Белки-5,2, Жиры-8,4, Угл-28,6
30	Бутерброд с сыром: <i>Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Сыр</i>	кКал-83, Белки-3,9, Жиры-3,15, Угл-9,7
180	Кофейный напиток с молоком: <i>Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко пастеризованное</i>	кКал-90,5, Белки-2,85, Жиры-2,41, Угл-14,36
Итого за Завтрак 1		кКал-384,5, Белки-11,95, Жиры-13,96, Угл-52,66
Завтрак 2		
90	Апельсин *	кКал-38,7, Белки-0,8, Жиры-0,18, Угл-7,3
Итого за Завтрак 2		кКал-38,7, Белки-0,8, Жиры-0,18, Угл-7,3
Обед		
50	Салат из свеклы отварной с маслом растительным* <i>Свекла, Масло подсолнечное рафинир., Соль</i>	кКал-66, Белки-0,75, Жиры-5, Угл-4,5
200	Суп картофельный с горохом: <i>Картофель, Горох шлифованный целый, Морковь, Лук репчатый, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Соль, Лавровый лист</i>	кКал-115,48, Белки-4,75, Жиры-3,74, Угл-15,2
20	Гренки пшеничные:	кКал-74, Белки-2,2, Жиры-0,2, Угл-15,8
200	Жаркое по-домашнему (кур филе) <i>Грудка куриная (н/к), Картофель, Лук репчатый, Томатная паста, Масло подсолнечное рафинир., Соль</i>	кКал-354,7, Белки-22,5, Жиры-21,5, Угл-17,9
180	Компот из сухофруктов: <i>Компотная смесь, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-118, Белки-0,54, Жиры-0,09, Угл-28,6
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-818,18, Белки-33,46, Жиры-30,85, Угл-99
Полдник		
50/50	Печень по-строгановски: <i>Печень говяжья, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Мука пшеничная, хлебопекарная, в/с, Сметана, Томатная паста</i>	кКал-163, Белки-13,6, Жиры-8,6, Угл-6,3
130	Рис отварной : <i>Крупа рис (пропаренный), Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-71,9, Белки-7,4, Жиры-2,4, Угл-5,2
200	Молоко кипяченое:	кКал-113, Белки-6,1, Жиры-5,2, Угл-10,09
30	Вафли:	кКал-113, Белки-2,25, Жиры-1,54, Угл-22,47
25	Батон нарезной из пшеничной муки в/с:	кКал-59, Белки-1,98, Жиры-0,23, Угл-12,08
Итого за Полдник		кКал-519,9, Белки-31,33, Жиры-17,97, Угл-56,14
Всего по Меню детского сада (от 3 до 7 лет)		кКал-1 761,28, Белки-77,54, Жиры-62,96, Угл-215,1

Зав. Пр.

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Е. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Игоркина Е.В.
Мурунский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино),

Меню детсада (от 3 до 7 лет^)

(от 3 до 7 лет^ до 12)

Выход (г)	Наименование блюда	энерг. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
205	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" со сливочным маслом: <i>Хлопья овсяные Геркулес, Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-217, Белки-6,8, Жиры-10, Угл-25,1
30	Бутерброд с маслом: <i>Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-66,3, Белки-2,11, Жиры-0,98, Угл-12,26
200/5	Чай с сахаром и лимоном: <i>Чай листовой, Сахар-песок, Лимоны</i>	кКал-41,6, Белки-0,05, Жиры-0,1, Угл-10,1
Итого за Завтрак1		кКал-324,9, Белки-8,96, Жиры-11,08, Угл-47,46
<u>Завтрак2</u>		
100	Сок фруктовый *	кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
Итого за Завтрак2		кКал-43, Белки-0,5, Жиры-0,1, Угл-9,9
<u>Обед</u>		
50	Икра морковная* <i>Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Кислота лимонная</i>	кКал-53,3, Белки-0,8, Жиры-3,8, Угл-3,4
205	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной: <i>Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир., Соль, Сметана, Лавровый лист</i>	кКал-82, Белки-2,48, Жиры-4,48, Угл-6,4
180	Плов из филе птицы: <i>Грудка куриная (н/к), Крупа рис (пропаренный), Масло подсолнечное рафинир., Лук репчатый, Морковь, Томатная паста, Соль</i>	кКал-389, Белки-18,6, Жиры-20,9, Угл-33,2
180	Компот из сухофруктов: <i>Компотная смесь, Сахар-песок, Кислота лимонная</i>	кКал-118, Белки-0,54, Жиры-0,09, Угл-28,6
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-732,3, Белки-25,14, Жиры-29,59, Угл-88,6
<u>Полдник</u>		
150	Макароны запеченные с сыром : <i>Макаронные изделия группы А, в/с, Сыр, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%</i>	кКал-246, Белки-8,73, Жиры-7,25, Угл-34,7
30	Пряники:	кКал-108,6, Белки-1,7, Жиры-1,5, Угл-22,5
200	Кефир:	кКал-62, Белки-6, Жиры-0,2, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-416,6, Белки-16,43, Жиры-8,95, Угл-65,2
Всего по Меню детсада (от 3 до 7 лет^)		кКал-1 516,8, Белки-51,03, Жиры-49,72, Угл-211,16

Зав. Пр. _____

Утверждаю
Генеральный директор ООО "СЕРНА"
Н.Б. Сорокина

Согласовано
Заведующий МДОБУ
Евдокимова Е.В.
Мушинский ДС комбинированного вида № 7 (г. Мурино),

Меню детского сада (от 3 до 7 лет) (от 3 до 7 лет д5 н2)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (кКал), Белки (г), Жиры (г), Угл-воды (г), Витамины (мг), Микроэлементы (мг)
Завтрак1		
205	Каша манная молочная с маслом сливочным: Крупа манная, Молоко пастеризованное, Соль, Сахар-песок, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%	кКал-194,5, Белки-6,2, Жиры-6,56, Угл-2,76
40	Бутерброд с повидлом: Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Повидло	кКал-97,2, Белки-1,74, Жиры-0,24, Угл-23,2
180	Кофейный напиток с молоком: Кофейный напиток, Сахар-песок, Молоко пастеризованное	кКал-90,5, Белки-2,85, Жиры-2,41, Угл-14,36
Итого за Завтрак1		кКал-382,2, Белки-10,79, Жиры-9,21, Угл-65,23
Завтрак2		
100	Яблоко *	кКал-47, Белки-0,4, Жиры-0,4, Угл-9,8
Итого за Завтрак2		кКал-47, Белки-0,4, Жиры-0,4, Угл-9,8
Обед		
50	Икра свекольная* Свекла, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Масло подсолнечное рафинир., Кислота лимонная	кКал-65, Белки-2,1, Жиры-4,05, Угл-6,06
205	Суп овощной со сметаной: Капуста белокочанная, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Горошек зеленый консервированный, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%, Соль, Сметана, Лавровый лист	кКал-80, Белки-1,62, Жиры-4,26, Угл-6,4
180	Голубцы ленивые: Капуста белокочанная, Соль, Говядина б/к, Крупа рис (пропаренный), Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинир.	кКал-285, Белки-15,8, Жиры-19,23, Угл-9,15
180	Компот из свежих яблок: Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная	кКал-87,8, Белки-0,14, Жиры-0,14, Угл-21,5
40	Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами:	кКал-90, Белки-2,72, Жиры-0,32, Угл-17
Итого за Обед		кКал-607,8, Белки-22,38, Жиры-28, Угл-60,11
Полдник		
70	Котлеты(биточки) рыбные: Минтай (филе) с/м, Батон нарезной из муки в/с с микронутриентами, Соль, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%	кКал-113, Белки-11,1, Жиры-6,68, Угл-2,14
130	Пюре картофельное: Картофель, Соль, Молоко пастеризованное, Масло сладко-сливочное несоленое 82,5%	кКал-122,7, Белки-2,7, Жиры-4,7, Угл-17,7
200	Молоко кипяченое:	кКал-113, Белки-6,1, Жиры-5,2, Угл-10,09
25	Батон нарезной из пшеничной муки в/с:	кКал-59, Белки-1,98, Жиры-0,23, Угл-12,08
Итого за Полдник		кКал-407,7, Белки-21,88, Жиры-16,81, Угл-42,01
Всего по Меню детского сада (от 3 до 7 лет)		кКал-1 444,7, Белки-55,45, Жиры-54,42, Угл-177,15

Зав. Пр.