|  |
| --- |
| **СВОДНАЯ КАРТА ПИТАНИЯ МДОУ "Карусель" 2024 год** |
|  | ***Наименование блюд*** | ***Выход блюд*** |
|  |  | ***ясли*** | ***сад*** |
| **1 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК- I*** | Омлет натуральный | 50 | 50 |
| 8.30 | Каша гречневая молочная | 120 | 150 |
|   | Чай с молоком | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной с маслом | 20/5 | 25/5 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Cок | 100 | 100 |
| 10.30 |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат из свеклы с соленым огурцом | 50 | 70 |
| 12.00 | Суп картофельный с мясными фрикадельми | 150/25 | 200/30 |
|   | Котлеты рыбный с молочным соусом | 70/50 | 80/50 |
|   | Сложный гарнир | 65/75 | 75/75 |
|   | Кисель из свежих ягод | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/25 | 30/30 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Молоко | 180 | 200 |
| 15.30 | Булочка "Веснушка" | 50 | 60 |
|   | Фрукты | 70 | 70 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** |   |   |   |
| 18.30 | Суфле творожное с джемом | 120/20 | 170/30 |
|   | Чай с лимоном | 150/7 | 180/7 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/15 | 15/20 |
|   |   |   |   |
| **2 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК- I*** | Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" молочная | 150 | 200 |
| 8.15 | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 | 200 |
|  | Батон нарезной с сыром | 20/8 | 25/12 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК II** | Сок фруктовый | 100 | 100 |
| 10.00 |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат картофельный с соленым огурцом | 40 | 60 |
| 12.30 | Свекольник с курицей со сметаной  | 150/25/5 | 200/30/5 |
|   | Плов из отварной говядины | 160 | 200 |
|   | Компот из плодов или ягод сушенных | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочная продукция | 180 | 200 |
| 15.30 | Кондитерское изделие | 21 | 37 |
|   | Фрукты | 95 | 100 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Яйцо вареное | 1шт | 1шт |
| 18.30 | Рагу из овощей | 180 | 220 |
|   | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 25/25 |
|   |   |   |   |
| **3 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Каша манная молочная | 150 | 200 |
| 8.15 | Какао на молоке сгущеном | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной с маслом | 20/5 | 25/5 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Cок фруктовый | 100 | 100 |
| 10.00 |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат из моркови с зеленым горошком | 50 | 60 |
| 12.30 | Суп" Волна" с мясом птицы | 150/20 | 200/30 |
|   | Печень по строгоновски | 80 | 85 |
|   | Макароные изделия отварные | 100 | 150 |
|   | Компот из свежих плодов или ягод | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 20/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочное изделие  | 180 | 200 |
| 15.30 | Пирожок печеный с рисо и яйцом | 50 | 60 |
|   | Фрукты | 50 | 50 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Овощи свежий порционный | 70 | 80 |
| 18.30 | Рыба припущенная с овощами | 70/30 | 80/30 |
|   | Картофель отварной в молоке | 110 | 130 |
|   | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 20/25 |
|   |   |   |   |
| **4 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Омлет натуральный | 50 | 50 |
| 8.15 | Каша вязкая молочная "Рябчик" | 130 | 150 |
|   | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной с сыром | 20/8 | 25/12 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Cок фруктовый | 100 | 100 |
| 10.00 |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат из соленых овощей с луком | 50 | 70 |
| 12.30 | Щи из свежей капусты с курицей, со сметаной  | 150/25/8 | 200/30/10 |
|   | Жаркое по- домашнему | 160 | 230 |
|   | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Молоко | 180 | 200 |
| 15.30 | Кондитерское изделие | 31 | 37 |
|   | Фрукты | 80 | 80 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Пудинг творожный запеченный с молоч. слад.соусом | 130/50 | 180/50 |
|  | Чай с лимоном | 150/7 | 180/7 |
|  | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 15/25 |
|  |   |   |   |
|  **5ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Вермешель молочная | 150 | 200 |
| 8.15 | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной с сыром | 20/8 | 25/12 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Сок фруктовый | 100 | 100 |
|   |   |   |   |
| **ОБЕД** | Винегрет овощной | 40 | 60 |
| 12.00 | Суп картоф. с крупой и рыбными консервами | 150 | 200 |
|   | Голубцы ленивые со сметанным соусом | 60/30 | 70/30 |
|   | Картофельное пюре | 110 | 150 |
|   | Кисель из свежих ягод | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочная продукция | 180 | 200 |
| 15.30 | Ватрушка с повидлом | 50 | 60 |
|   | Фрукты | 80 | 80 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Овощи свежие порционные | 70 | 80 |
| 18.30 | Шницель из говядины с соусом молочным | 60/30 | 60/30 |
|   | Рис припущенный | 110 | 130 |
|   | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 15/25 |
|   |   |   |   |
| **6 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Омлет натуральный | 50 | 50 |
| 8.15 | Каша пшенная молочная | 130 | 150 |
|   | Чай с молоком | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной с маслом | 20/5 | 25/5 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Cок фруктовый | 100 | 100 |
| 10.00 |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат "Осенний" | 50 | 60 |
| 12.00 | Суп картофельный с бобовыми,курицей | 150/25 | 200/30 |
|   | Суфле из отварной говядины с рисом | 60 | 70 |
|   | Капуста тушеная | 120 | 180 |
|   | Компот из кураги | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочное изделие | 180 | 200 |
| 15.30 | Кондитерское изделие | 21 | 38 |
|   | Фрукты | 100 | 100 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Овощи свежие порционные | 70 | 80 |
| 18.30 | Рыба запеченая с картофелем по-русски | 180 | 230 |
|   | Чай с лимоном | 150/7 | 180/7 |
|  | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 20/25 |
|  |   |   |   |
|  **7ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Яйцо вареное | 1 шт | 1шт. |
| *8.15* | Каша овсянная молочная | 130 | 150 |
|  | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 | 200 |
|  | Батон нарезной с маслом | 20/5 | 25/5 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Сок фруктовый | 100 | 100 |
| 10.00 |   |   |   |
|   |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат из моркови с зеленым горошком  | 60 | 70 |
| 12.00 | Борщ со свежей капусты с курицей и сметаной | 150/25/5 | 200/30/8 |
|   | Запеканка из печени с рисом и соусом | 130/30 | 150/30 |
|   | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Молоко | 180 | 200 |
| 15.30 | Пирожок печеный с яблоком | 50 | 60 |
|   | Фрукты | 70 | 70 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Запеканка из творога с молоком сгущеным | 130/30 | 150/30 |
| 18.30 | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 25/25 |
|   |   |   |   |
|   |   |   |   |
| **8 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Омлет натуральный | 50 | 50 |
| *авг.15* | Каша молочная "Дружба" | 130 | 150 |
|   | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной  | 20 | 25 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Cок фруктовый | 100 | 100 |
| 10.00 |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат из свеклы с морковью | 60 | 70 |
| 12.00 | Бульон куринный с гренками,птицей | 150/20/25 | 200/20/30 |
|   | Капуста тушеная с мясом | 200 | 240 |
|   | Кисель из свежих ягод | 150 | 200 |
|   | Хлеб ржаной | 20 | 25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | Кисломолочная продукция( снежок) | 180 | 200 |
| 15.30 | Ватрушка с джемом | 50 | 60 |
|   | Фрукты | 100 | 100 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Овощи свежие порционные | 50 | 80 |
| 18.30 | Рыба тушеная в томате с овощами | 120 | 140 |
|   | Картофельное пюре | 110 | 150 |
|   | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 20/25 |
|   |   |   |   |
| **9 ДЕНЬ** |   |   |
| ***ЗАВТРАК*** | Яйцо вареное | 1шт | 1шт |
| *8.15* | Каша кукурузная молочная | 130 | 150 |
|   | Какао на молоке сгущеном | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной c cыром | 20/8 | 25/12 |
|   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК- II** | Фрукты | 60 | 60 |
| 10.00 |   |   |   |
| **ОБЕД:** | Салат из свежих огурцом | 60 | 70 |
| 12.00 | Суп картофельный с клецками,курицей  | 150/20/25 | 200/25/30 |
|   | Фрикадельки из говядины с молочном соусе | 60/30 | 60/30 |
|   | Каша гречневая расспыпчатая | 110 | 150 |
|   | Компот из свежих яблок  | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 20/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** | К/молочная продукция | 180 | 200 |
| 15.30 | Пирожок печенный с капустой | 50 | 60 |
|   |   |   |   |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Салат из консервиров.кукурузы с луком и яйцом | 60 | 60 |
| 18.30 | Запеканка картофельная с мясом,сметанным соусом | 160/30 | 200/30 |
|   | Сок фруктовый | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 25/25 |
|   |   |   |   |
| **10 ДЕНЬ** |   |   |
| **ЗАВТРАК** | Омлет натуральный | 50 | 50 |
| 8.15 | Каша пшенная молочная | 130 | 150 |
|   | Кофейный напиток с молоком сгущенным | 150 | 200 |
|   | Батон нарезной с сыром | 20/8 | 25/12 |
| **ЗАВТРАК- II** |   |   |   |
| 10.00 | Cок фруктовый | 100 | 100 |
|   |   |   |   |
| **ОБЕД** | Салат из отварной свеклы  | 60 | 70 |
| 12.00 | Рассольник ленинградский с мясом птицы,сметаной | 150/25/8 | 200/30/10 |
|   | Суфле из печени | 60 | 80 |
|   | Картофельное пюре | 110 | 150 |
|   | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 200 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 30/25 |
|   |   |   |   |
| **ПОЛДНИК** |   |   |   |
| 15.30 | Молоко | 180 | 200 |
|   | Кондитерское изделие | 21 | 38 |
|   | Фрукты | 80 | 90 |
|   |   |   |   |
| **УЖИН** | Овощи свежие порционные | 50 | 80 |
| 18.30 | Котлета мясная с соусом молочным  | 60/30 | 60/30 |
|   | Макаронные изделия отварные | 100 | 150 |
|   | Чай с сахаром | 150 | 180 |
|   | Хлеб пшеничный /хлеб ржаной | 15/20 | 20/25 |
|   |   |   |   |