

СОГЛАСОВАНО:
 Директор
 МБОУ СОШ №196 (ДО)
 И.А. Тальшинская
 " " 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:
 Для финансового документа
 Управляющий
 ООО "КП "Левобережный"
 Е.А. Перетяткевич
 " " 2024 г.

Комплекс четырехразового питания для организации питания детей в дошкольных учреждениях, обслуживаемых ООО "КП "Левобережный"

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: до 3х лет

1 НЕДЕЛЯ			2 НЕДЕЛЯ		
Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал	Наименование блюд и изделий	Выход, г	Эн. ценность, ккал
ПОНЕДЕЛЬНИК					
<i>Завтрак</i>					
Сыр (порциями)	10	35,30			
Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	150	199,07	Каша из риса и пшена молочная жидкая с маслом сливочным	150	172,28
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Какао с молоком	150	86,30
Сок яблочный	150	64,95	Сок яблочный	150	64,95
ИТОГО:	550	405,32	ИТОГО:	480	388,76
<i>Обед</i>					
Винегрет с горошком	30	47,37	Салат "Степной"	30	51,44
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	75,53	Свекольник	150	77,78
Плов (свинина)	150	390,65	Гуляш из свинины	80	267,58
Хлеб пшеничный	20	45,06	Макароны отварные с овощами	120	142,13
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб пшеничный	20	45,06
Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	150	64,82	Хлеб бородинский	20	40,34
			Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	150	64,82
ИТОГО:	520	663,77	ИТОГО:	570	689,15
<i>Полдник</i>					
Булочка "Домашняя"	50	193,47	Булочка "Домашняя"	50	193,47

Напиток из шиповника	150	60,05	Напиток из шиповника	150	60,05
ИТОГО:	200	253,52	ИТОГО:	200	253,52
Ужин					
Печень, тушенная в соусе	80	141,10	Тефтели рыбные в соусе (минтай)	100	127,24
Картофель отварной	120	119,92	Рагу из овощей	120	118,41
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	19,80	Хлеб бородинский	10	19,80
Чай с молоком	200	87,95	Чай с молоком	200	87,95
ИТОГО:	430	413,83	ИТОГО:	450	398,46
ИТОГО за день:	1700	1736,44	ИТОГО за день:	1700	1729,89
ВТОРНИК					
Завтрак					
			Сыр (порциями)	10	35,30
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	150	219,28	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная вязкая с маслом сливочным	150	192,61
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88
Яблоко	100	44,40	Яблоко	100	44,40
ИТОГО:	495	370,79	ИТОГО:	505	379,42
Обед					
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	35,55	Салат из свеклы с солеными огурцами	30	37,22
Рассольник	150	75,70	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	150	90,30
Голубец Ленивый (курица-свинина)	50	154,46	Биточек из курицы и свинины	50	160,43
Соус белый основной	25	13,05	Соус красный основной	25	11,01
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	210,10	Каша гречневая рассыпчатая	120	210,75
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	150	65,16	Компот из свежемороженых ягод (вишня)	150	60,69
ИТОГО:	565	639,42	ИТОГО:	565	655,80
Полдник					
Печенье	40	166,32	Печенье	40	166,32
Молоко кипяченое	150	79,75	Молоко кипяченое	150	79,75
ИТОГО:	190	246,07	ИТОГО:	190	246,07
Ужин					
Салат "Ромашка"	30	46,47	Икра овощная (маринад овощной с томатом)	30	39,66
Запеканка из творога с молоком сгущенным - 100/20	120	252,22	Запеканка из творога с молоком сгущенным - 100/20	120	252,22

Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	19,80	Хлеб бородинский	10	19,80
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77
ИТОГО:	390	404,32	ИТОГО:	390	397,51
ИТОГО за день:	1640	1660,60	ИТОГО за день:	1650	1678,80

СРЕДА

Завтрак

Масло сливочное (порциями)	5	33,05	Повидло	20	52,56
Суп молочный с макаронными изделиями	150	145,30	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом сливочным	150	169,42
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Кофейный напиток с молоком	150	62,65	Кофейный напиток с молоком	150	62,65
Сок яблочный	150	64,95	Сок яблочный	150	64,95
ИТОГО:	485	371,18	ИТОГО:	500	414,81

Обед

Икра овощная (маринад овощной с томатом)	30	39,66	Салат из моркови с яблоками и курагой	30	31,38
Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	90,94	Щи из капусты свежей с картофелем	150	64,74
Шницель из свинины	50	170,99	Котлета рубленая из птицы	50	134,38
Соус красный основной	25	11,01	Соус белый основной	25	13,05
Каша перловая рассыпчатая	120	164,89	Рис припущенный	120	169,25
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Компот из свежих яблок и свежемороженой вишни	150	52,50	Компот из смеси сухофруктов	150	45,11
ИТОГО:	565	615,39	ИТОГО:	565	543,31

Полдник

Булочка "Дорожная"	50	193,47	Булочка "Дорожная"	50	193,47
Ряженка 2,5%	150	76,35	Ряженка 2,5%	150	76,35
ИТОГО:	200	269,82	ИТОГО:	200	269,82

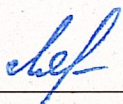
Ужин

Котлета рыбная (минтай)	50	83,70	Жаркое по-домашнему (свинина)	180	324,14
Картофель тушеный	120	179,72	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб бородинский	10	19,80
Хлеб бородинский	10	19,80	Чай с молоком	200	87,95
Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	200	41,88			
ИТОГО:	400	370,16	ИТОГО:	410	476,95
ИТОГО за день:	1650	1626,55	ИТОГО за день:	1675	1704,89

ЧЕТВЕРГ

<i>Завтрак</i>					
Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	150	200,97	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом сливочным	150	219,28
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17
Какао с молоком	150	86,30	Какао с молоком	150	86,30
Яблоко	100	44,40	Яблоко	100	44,40
ИТОГО:	430	396,90	ИТОГО:	430	415,21
<i>Обед</i>					
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	35,55	Салат "Лакомство"	30	50,87
Борщ Сибирский	150	80,68	Рассольник Ленинградский	150	85,09
Гречаники	50	151,71	Биточек рыбный (минтай)	50	83,70
Соус молочный	25	26,99	Соус томатный	25	18,94
Пюре картофельное	120	116,68	Пюре картофельное	120	116,68
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Напиток из шиповника	150	60,05	Напиток из шиповника	150	60,05
ИТОГО:	565	557,06	ИТОГО:	565	500,73
<i>Полдник</i>					
Вафли	40	140,04	Вафли	40	140,04
Молоко кипяченое	150	79,75	Молоко кипяченое	150	79,75
ИТОГО:	190	219,79	ИТОГО:	190	219,79
<i>Ужин</i>					
Салат "Овощной букет"	30	54,07	Салат "Свекольный с изюмом"	30	48,93
Омлет натуральный	105	148,28	Омлет натуральный	105	148,28
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	19,80	Хлеб бородинский	10	19,80
Чай с сахаром - 200/10	210	40,77	Чай с сахаром - 200/10	210	40,77
ИТОГО:	375	307,98	ИТОГО:	375	302,84
ИТОГО за день:	1560	1481,73	ИТОГО за день:	1560	1438,57
ПЯТНИЦА					
<i>Завтрак</i>					
Повидло	20	52,56	Масло сливочное (порциями)	5	33,05
Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	150	147,29	Суп молочный с рисом	150	171,59
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	20,17	Хлеб бородинский	10	20,17

Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88	Чай с сахаром, лимоном - 200/10/5	215	41,88
Сок яблочный	150	64,95	Сок яблочный	150	64,95
ИТОГО:	565	371,91	ИТОГО:	550	376,70
Обед					
Салат из свеклы с яблоками	30	29,59	Салат из отварной фасоли	30	49,25
Суп картофельный с крупой (рис)	150	65,39	Борщ с капустой и картофелем	150	74,01
Котлета рыбная Любительская (минтай)	50	84,92	Суфле из свинины	50	138,41
Соус томатный	25	18,94	Соус молочный	25	26,99
Макаронные изделия отварные	120	170,78	Макаронные изделия отварные	120	170,78
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	20	40,34	Хлеб бородинский	20	40,34
Компот из смеси сухофруктов	150	45,11	Компот из свежих яблок	150	51,77
ИТОГО:	565	500,13	ИТОГО:	565	596,61
Полдник					
Крендель сахарный	50	193,47	Крендель сахарный	50	193,47
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	95,53	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	95,53
ИТОГО:	200	289,00	ИТОГО:	200	289,00
Ужин					
Капуста, тушенная с мясом (свинина)	180	319,08	Рагу из филе птицы (курица)	180	204,30
Хлеб пшеничный	20	45,06	Хлеб пшеничный	20	45,06
Хлеб бородинский	10	19,80	Хлеб бородинский	10	19,80
Чай с молоком	200	87,95	Чай с молоком	200	87,95
ИТОГО:	410	471,89	ИТОГО:	410	357,11
ИТОГО за день:	1740	1632,93	ИТОГО за день:	1725	1619,42
<i>Среднее значение за неделю:</i>	1658	1627,65	<i>Среднее значение за неделю:</i>	1662	1634,31
СРЕДНЯЯ СТОИМОСТЬ ПИТАНИЯ В ДЕНЬ - 135,00 руб.					

Технолог  Э.Ю. Лямцева