

ООО "ПЯТЬ ЗВЕЗД" Д/С № 42 (ЯСЛИ)  
Генеральный директор ООО "ПЯТЬ ЗВЕЗД"  
Целикова О.Ю.

Согласовано Д/С №42 (ЯСЛИ) Руководитель п.о. С.М. Иванкина

МЕНЮ НА "30" ОКТЯБРЯ 2024 г. 3 ДЕНЬ

Наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ тех. карты	Сборник рецептов
		БЖУ	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0	2	2012
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,6	1,8	24,3	10	2012
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,3	16,7	2,3	119,0	214	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0	ТК№028	
Итого за прием пищи:		17,4	22,8	32,6	295,3		
II Завтрак							
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	70,5	ТК№002	
Итого за прием пищи:		0,6	0,5	15,5	70,5		
Обед							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0,0	1,0	5,6	ТК№011	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5/1	4,2	6,3	5,7	98,1	67	2012
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,1	15,3	3,5	134,0	277	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,78	26,8	174,0	181	2008
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,0	392	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,12	6,4	31,0	ТК№003	
Итого за прием пищи:		26,5	26,5	50,2	470,7		
Уплотненный полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,7	16,1	149	298	2012
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24	150,3	467	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1	0,01	14,1	54	ТК№037	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,1	6,4	31,0	ТК№003	
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	56,5	ТК№005	
Итого за прием пищи:		15,1	17,2	65,1	440,8		
Всего за день:		59,6	67,1	163,4	1 277,3		

ООО "ПЯТЬ ЗВЕЗД" Д/С № 42  
(ДЕТСКИЙ САД) Генеральный директор  
ООО "ПЯТЬ ЗВЕЗД" Целикова  
О.Ю.

Согласовано Д/С №42 (ДЕТСКИЙ САД) Руководитель и.о.  
С.М. Иванкина

МЕНЮ НА " 30 " ОКТЯБРЯ 2024 г 3 ДЕНЬ

Завтрак	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ тех. карты	Сборник рецептов
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0	2	2012
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,5	2,7	3,0	40,5	10	2012
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,4	21,0	2,9	149,0	214	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0	TKN№028	
Итого за прием пищи:		21,1	28,2	34,4	341,5		
<b>II Завтрак</b>							
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,6	0,5	15,5	70,5	TKN№002	
Итого за прием пищи:		0,4	0,3	9,3	42,3		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,0	1,3	7,0	TKN№015	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	5,5	8,2	7,4	115,0	67	2012
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9,1	11,3	14,9	196,8	277	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,9	33,0	240,0	181	2008
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,1	0,0	8,20	33,6	392	2012
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,1	6,4	31,0	TKN№003	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	TKN№004	
Итого за прием пищи:		24,4	26,0	78,9	662,7		
<b>Уплотненный полдник</b>							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16	16,1	14,2	314	298	2012
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,9	64,8	TKN№049	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51,0	TKN№016	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	TKN№004	
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	56,5	TKN№005	
Итого за прием пищи:		21,7	19,3	53,9	525,6		
Всего за день:		59,6	67,1	163,4	1 277,3		