

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

3 МАРТА

<u>Завтрак</u>	сад		Б	Ж	У	Ккл
Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром	150	130	12,6	13,9	42,1	295
			7,8	12,6	32,5	246
Печенье	20	15	5,2	5,6	22,4	190
			2,6	1,8	20,2	94
Чай с сахаром	200	150	-	-	11,98	43
			-	-	9,98	30

II Завтрак

Сок фруктовый (Яблочный)	150	100	0,7	0,3	12,7	50
			0,5	0,1	11,3	46

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б со сметаной	200	150	6,05	8,99	9,8	227,5
			5,4	6,6	12,8	132,2
Капуста тушеная с мясом	230	180	15	8,2	10,8	180
			11,6	8,0	9,36	165
Салат из зеленого горошка с луком репчатым	50	30	1,6	2,5	4,3	46,4
			0,9	4	2,6	32,6
Хлеб пшеничный	40	30	3,07	1,07	30,93	107,217
			1,8	0,3	13,299	56,7
Хлеб ржаной	50	30	2,2	0,6	8,866	77,8
			1,33	0,24	8,37	40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8	0,6	26,6	110
			0,6	0,3	12,7	55

Уплотненный полдник

Каша вязкая манная молочная	200	150	6,21	10,47	30,09	292
			5,66	7,6	28,82	340
Гребешок из дрожжевого теста	100	90	8,80	19,30	30,48	312,30
			2,3	4,75	29,5	83,3
Какао с молоком	200	150	1,2	1,3	13	90
			1	1,08	8,83	55

Мед. Сестра

Шеф повар

заведующий МДОУ

«Детский сад №110»

Заводского района

г. Саратова

Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

4 Марта

Завтрак

	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	200	150	6,35 5,76	10,51 9,38	29,86 26,4	167 130,27
Бутерброд с маслом	30/5	25/4	5,2 1,54	5,6 3,46	22,4 9,75	190 78
Кофейный напиток	200	150	1,3 1,08	1,3 1,3	14 11,67	92 76,67

II Завтрак

Кисломолочный продукт (Ряженка)	150	100	3 3	2,3 2,3	4,5 4,5	72 72
---------------------------------	-----	-----	--------	------------	------------	----------

Обед

Борщ на к/б со сметаной	200	180	6,9 6,1	11 9,7	12,2 11	177,4 159,5
Плов из птицы	210	210	16,4 16,4	14,7 14,7	35,5 35,5	385,5 385,5
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,8	1,07 0,3	30,93 13,299	107,217 56,7
Хлеб ржаной	20	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55
Свёкла тушёная	50	35	2,14 1,14	8,95 1,95	8,74 18,74	54 53

Уплотненный полдник

Макароны отварные с сыром	200	160	8,3 1,5	10,2 3,5	41 243,5	221,7 227,4
Чай с лимоном	200	160	- -	- -	11,98 9,98	92 30
Хлеб ржаной	30	20	1,8 1,33	0,3 0,24	3,299 8,37	56,7 40,96
Фрукты (Яблоко)	100	100	0,4 0,4	- -	9,8 9,8	44 44

Мед. Сестра

Шеф Повар

«Детский са
Заводской
г. С
Роман

5 Mapma

<u>Завтрак</u>	сад	ясли				
			9,26	0,07	21,29	171,75
<i>Каша вязкая пшеничная молочная</i>	200	170	5,2	5,6	22,4	190
			1,54	3,46	9,75	78
<i>Бутерброд с маслом</i>	30/5	30/4	-	-	11,98	92
			-	-	9,98	30
<i>Чай с лимоном</i>	200	160				
			-	-	9,98	30
			0,7	0,3	12,7	50

II Завтрак

Сок фруктовый (яблочный)	150	100	0,5	0,1	11,3	46
			4,72	0,08	20,24	240,2

Обед

Суп шахтерский на к/б со сметаной	200	150	16,9	26,3	53,4	395,9
			12,6	14,8	58,3	368,9
Жаркое по домашнему с мясом птицы	210	200	0,57	0,11	5,42	12,08
			0,57	0,11	5,42	12,08
Салат из белокочанной капусты	50	50	3,07	1,07	30,93	107,217
			1,8	0,3	13,299	56,7
Хлеб пшеничный	40	30	1,8	0,3	13,299	56,7
			1,33	0,24	8,37	40,96
Хлеб ржаной	20	20	0,8	0,6	26,6	110
			0,6	0,3	12,7	55
Компот из смеси сухофруктов	200	150				
			0,6	0,3	12,7	55
			9,01	6,51	6,24	201,5

Уплотненный полдник

Омлет натуральный с маслом	100	90	1,2	1,3	13	90
			1	1,08	8,83	55
Какао с молоком	200	150	1,8	0,3	13,299	56,7
			1,33	0,24	8,37	40,96
Хлеб ржаной	30	20	1,584	2	18,4	90
			0,0792	1,833	11,2	82
Вафли	25	15	56,373	64,812	58,996	1852,268
			42,334	46,975	45,318	1379,679

a

25

Заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

6 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	3,39	639	14,99	160,25
			3,689	8,622	8,128	117,351
Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	3,489	8,422	8,0281	114,351
			1,3	1,3	14	92
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/15	30/4/10	1,08	1,3	11,67	76,67
			1,3	1,3	14	92
Кофейный напиток	200	150	3	2,3	4,5	72

II Завтрак

Кисломолочный продукт (Йогурт)	150	100	3	2,3	4,5	72
			3,1	3,16	8,93	143

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной на м/б	200	189	5,98	10,49	4,31	151,5
			4,7	7,3	3,22	11,5
			8,05	9,14	48,06	322
Тефтели мясные в томатном соусе	80	60	3,44	5,19	47,45	213,6
			3,07	1,07	30,9	107,21
Картофельное пюре	150	120	1,842	0,542	12,558	64,429
			2,14	3,95	8,74	54
Хлеб пшеничный	40	30	1,14	2,95	4,74	53
			1,8	0,3	13,29	56,7
Свёкла тушёная	50	35	1,33	0,24	8,37	40,96
			0,8	0,6	26,6	110
Хлеб ржаной	20	20	0,6	0,3	12,7	55
			0,8	0,6	26,6	110
Компот из смеси сухофруктов	200	150	14,29	10,4	10,13	140,2

Уплотненный полдник

Суфле паровое из рыбы отварной	110	100	4,3	3,5	28,8	150
			3,2	2,3	30,5	113
			-	-	11,98	92
Горошница	90	60	-	-	9,98	30
			1,8	0,3	13,299	56,7
Чай с лимоном	200	160	1,33	0,24	8,37	40,96
			0,4	-	9,8	44
Хлеб ржаной	20	20	0,4	-	9,8	44
			0,4	-	9,8	44
Фрукты (Банан)	100	100	0,4	-	9,8	44

Мед. Сестра

Шеф. Повар

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

7 Марта

<u>Завтрак</u>		сад	ясли				
				3,5	3,8	12,6	99,7
Суп молочный с рисовой крупой	200	150		1,3	1,3	14	92
				1,54	3,46	9,75	78
Бутерброд с маслом	30/5	30/4		2,3	4,36	14,62	108
				1,08	1,31	11,67	76,67
Кофейный напиток	200	150					
				1,08	1,31	11,67	76,67
				0,7	0,3	12,7	50
<u>II Завтрак</u>							
Сок фруктовый (яблочный)	150	100		0,7	0,3	12,7	50
				5,3	6,5	25,3	150,3
<u>Обед</u>							
Суп Уха	200	180		9,83	17,2	41,3	263,6
				7,4	13,9	39,9	326,75
Овощное рагу с мясом	230	210		0,57	0,11	5,42	12,08
				0,38	0,07	1,61	8,05
Огурцы консервированные	50	30		3,07	1,07	30,93	107,217
				1,842	0,542	12,558	64,429
Хлеб пшеничный	40	30		2,2	0,6	8,866	77,8
				1,8	0,3	3,299	56,7
Хлеб ржаной	50	30		-	-	11,98	43
				0,6	0,3	12,7	55
Компот из сухофруктов	200	150					
				0,6	0,3	12,7	55
				20,48	16,2	27	387,53
<u>Уплотненный полдник</u>							
Запеканка из творога со сгущ.молоком	165	100		5,2	5,6	22,4	190
				2,6	1,8	20,2	94
Кисель из плодово.ягодных концентрата	120	150		-	-	7,98	32,8
				-	-	5,57	24,8
				5,2	5,6	22,4	190
Печенье	15	20		2,6	1,8	20,2	94
Мед. Сестра							
Шеф Повар							

заведующий
«Детский
Заводской
Романов

10 Mapma

Завтрак

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

11 Марта

Завтрак

	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
			6,21	10,47	30,09	292
			5,66	7,6	28,82	134
Каша вязкая манная молочная	200	150	3,689	8,622	8,128	117,351
Бутерброд с маслом и сыром	30/5	30/5	3,489	8,422	8,0281	114,351
			2,3	4,36	14,62	108
Кофейный напиток	200	150	1,08	1,3	11,67	76,67

II Завтрак

			3,5	2,8	5,0	72,5
Кисломолочный продукт (Снежок)	150	100	3	2,3	4,5	72

Обед

			5,9	12,3	9,8	174,2
			4,3	9,2	7,4	130,4
Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	210	150	13,8	9,6	11,4	126,2
Суфле из птицы	80	60	12,1	8,2	4,42	122
			3,01	8,09	14,1	160
Каша пшеничная рассыпчатая	130	110	2,26	4,07	10,29	120,75
			2,14	3,95	8,74	54
Свёкла тушеная	50	35	1,14	2,95	4,74	53
			3,07	1,07	30,93	107,217
Хлеб пшеничный	40	30	1,8	0,3	13,299	56,7
			1,8	0,3	13,299	56,7
Хлеб ржаной	20	30	1,33	0,24	8,37	40,96
			0,8	0,6	26,6	110
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,6	0,3	12,7	55

Уплотненный полдник

			8,05	9,14	48,06	322
			3,44	3,19	24,45	213,6
Картофельное пюре	150	120	0,57	0,11	5,42	12,08
Огурцы консервированные	50	30	0,38	0,07	1,61	8,05
			-	-	11,98	92
Чай сладкий	200	160	-	-	9,98	30
			1,8	0,3	13,299	56,7
Хлеб ржаной	30	20	1,33	0,24	8,37	40,96
			0,4	-	9,8	44
Фрукты (Яблоко)	100	100	0,4	-	9,8	44

Мед. Сестра

Шеф Повар

заведую
«Детский
Завод
Ром

ваемых блюд на

ирта

12 Mapma

<u>II Завтрак</u>						
<i>Сок фруктовый (Яблочный)</i>	<i>150</i>	<i>100</i>	0,7	0,3	12,7	50
			0,5	0,1	11,3	46

Обед

Суп гороховый с гренками на курином бульоне	200	180	8,55 4,33	12,66 1	45,15 16,09	307,7 170,2
Овощное рагу с курицей отварной	230	180	14,7 14,2	23,46 8,8	50,7 18,8	501,7 233,5
Салат из зеленого горошка с луком	50	30	1,6 0,9	2,5 4	4,3 2,6	46,4 32,6
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,842	1,07 0,542	30,9 12,558	107,21 64,429
Хлеб ржаной	20	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55

Омлет натуральный с маслом	100	90	9,01	6,51	6,24	101,5
			7,3	5,85	13,89	198
Какао с молоком	200	150	1,2	1,3	13	90
			1	1,08	8,83	55
Хлеб ржаной	30	20	1,8	0,3	3,299	56,7
			1,33	0,24	8,37	40,96
Вафли	25	15	1,584	2	18,4	90
			0,795	1,833	11,2	82

Шеф повар

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

13 Марта

<u>Завтрак</u>	<u>сад</u>	<u>ясли</u>	<u>Б</u>	<u>Ж</u>	<u>У</u>	<u>ккл</u>
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	200	150	6,35 6,26	10,51 9,38	29,86 26,4	167 130,25
Бутерброд с маслом и сыром	30/5	30/4	3,689 3,489	8,622 8,422	8,128 8,0281	117,351 114,351
Кофейный напиток	200	150	2,3 1,08	4,36 1,3	14,62 11,67	108 76,67

II Завтрак

Кисломолочный продукт (Йогурт)	150	100	3,5 3	2,8 2,3	5,0 4,5	72,5 72
--------------------------------	-----	-----	----------	------------	------------	------------

Обед

Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне со сметаной	200	180	3,4 1,6	8,19 4,38	22,74 28,9	174,505 183
Гуляш мясной	80	60	5,98 4,7	0,49 1,3	4,31 3,22	151,5 119,5
Макаронные изделия отварные	130	110	5,3 3,55	5,2 4,85	32,3 30,12	216 280,68
Огурцы консервированные	50	40	1,7 1,1	5,3 4,8	8,6 6,7	100,8 74,2
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,842	1,07 0,542	30,93 2,558	107,217 64,429
Хлеб ржаной	20	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55

Уплотненный полдник

Биточки рыбные из горбуши с овощами	140	100	12,1 8,7	1,8 1,3	13,1 10,9	281 116
Винегрет овощной	90	80	4,51 3,87	5,04 4,32	8,47 24,4	1898 162
Чай с лимоном	200	160	- -	- -	11,98 9,98	92 30
Фрукты (Яблоко)	100	100	0,4 0,4	- -	2,8 2,8	4,4 4,4

Мед сестра

Шеф Повар

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

14 Марта

<u>Завтрак</u>	<i>сад</i>	<i>ясли</i>	<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Ккл</i>
			10,1	2,53	25,38	192
Каша вязкая пшеничная молочная	200	150	9,26	0,07	21,29	244,75
Бутерброд с маслом	30/5	30/4	1,3	1,3	14	92
			3,489	3,422	0281	114,351
Кофейный напиток	200	150	2,3	4,36	4,62	108
			1,08	1,3	1,67	76,67

II Завтрак

Сок фруктовый (Яблочный)	150	100	0,7	0,3	12,7	50
			0,5	0,1	11,3	46

Обед

Суп уха	200	180	5,3	6,5	25,3	250,3
			4,24	5,2	0,24	180,8
Жаркое по домашнему с мясом говядины	230	180	8,73	7,98	19,5	265,7
			5,83	2,98	18	240,45
Икра морковная	50	40	6,55	7,47	30,08	138
			1	2	5	43,2
Хлеб пшеничный	40	30	3,07	1,07	30,93	107,217
			1,8	0,3	13,299	56,7
Хлеб ржаной	50	30	2,2	0,6	8,866	77,8
			1,33	0,24	8,37	40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8	0,6	26,6	110
			0,6	0,3	12,7	55

Уплотненный полдник

Запеканка из творога с печеньем	130	100	20,48	16,2	27	387,53
			15,1	11,3	51,7	290,1
Кисель из плодовых или ягодных экстракт.			-	-	7,98	32,8
	200	150	-	-	5,57	24,8

Шеф. Повар

Мед. Сестра

УТВ.
заведующий
«Детский сад
Заводской
г.
Роман
ых блюд на

17 MAPTA

<u>Завтрак</u>	сад		Б	Ж	У	Ккл
<i>Каша гречневая с маслом сливочным и сахаром</i>	150	130	12,6	13,9	42,1	295
			7,8	12,6	32,5	246
<i>Печенье</i>	20	15	5,2	5,6	22,4	190
			2,6	1,8	20,2	94
<i>Чай с сахаром</i>	200	150	-	-	11,98	43
			-	-	9,98	30

II Завтрак

Сок фруктовый (Яблочный)	150	100	0,7	0,3	12,7	50
			0,5	0,1	11,3	46

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б со сметаной	200	150	6,05	8,99	9,8	227,5
			5,4	6,6	12,8	132,2
Капуста тушеная с мясом	230	180	15	8,2	10,8	180
			11,6	8,0	9,36	165
Салат из зеленого горошка с луком репчатый	50	30	1,6	2,5	4,3	46,4
			0,9	4	2,6	32,6
Хлеб пшеничный	40	30	3,07	1,07	30,93	107,217
			1,8	0,3	13,299	56,7
Хлеб ржаной	50	30	2,2	0,6	18,866	77,8
			1,33	0,24	8,37	40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8	0,6	26,6	110
			0,6	0,3	12,7	55

Уплотненный полдник

Каша вязкая манная молочная	200	150	6,21	10,47	30,09	292
			5,66	7,6	28,82	340
Гребешок из дрожжевого теста	100	90	8,80	19,30	30,48	312,30
			2,3	4,75	29,5	83,3
Какао с молоком	200	150	1,2	1,3	13	90
			1	1,08	8,83	55

Шеф Повар

Шеф Повар

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

18 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	200	150	6,35 5,76	10,51 9,38	29,86 26,4	167 130,27
Бутерброд с маслом	30/5	25/4	5,2 1,54	5,6 3,46	22,4 9,75	190 78
Кофейный напиток	200	150	1,3 1,08	1,3 1,3	14 11,67	92 76,67
<u>II Завтрак</u>						
Кисломолочный продукт (Ряженка)	150	100	3 3	2,3 2,3	4,5 4,5	72 72
<u>Обед</u>						
Борщ на к/б со сметаной	200	180	6,9 6,1	11 9,7	12,2 11	177,4 159,5
Плов из птицы	210	210	16,4 164	14,7 14,7	35,5 35,5	385,5 385,5
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,8	1,07 0,3	30,93 13,299	107,217 56,7
Хлеб ржаной	20	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55
Свёкла тушёная	50	35	2,14 1,14	8,95 1,95	8,74 18,74	54 53
<u>Уплотненный полдник</u>						
Макароны отварные с сыром	200	160	8,3 1,5	10,2 3,5	41 243,5	221,7 227,4
Чай с лимоном	200	160	- -	- -	11,98 9,98	92 30
Хлеб ржаной	30	20	1,8 1,33	0,3 0,24	3,299 8,37	56,7 40,96
Фрукты (Яблоко)	100	100	0,4 0,4	- -	9,8 9,8	44 44
Мед. Сестра		Шеф Повар				

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И

Меню приготавливаемых блюд на

19 Марта

Завтрак

	сад	ясли	9,26	0,07	21,29	171,75
			5,2	5,6	22,4	190
Каша вязкая пшеничная молочная	200	170	1,54	3,46	9,75	78
			-	-	11,98	92
Бутерброд с маслом	30/5	30/4	-	-	9,98	30
			-	-	9,98	30
Чай с лимоном	200	160	-	-	9,98	30
			0,7	0,3	12,7	50

II Завтрак

Сок фруктовый (яблочный)	150	100	0,5	0,1	11,3	46
			4,72	1,08	20,24	240,2

Обед

Суп шахтерский на к/б со сметаной	200	150	16,9	26,3	53,4	395,9
			12,6	14,8	58,3	368,9
			0,57	0,11	5,42	12,08
Жаркое по домашнему с мясом птицы	210	200	0,57	0,11	5,42	12,08
			3,07	1,07	30,93	107,217
Салат из белокочанной капусты	50	50	1,8	1,3	13,299	56,7
			1,8	1,3	13,299	56,7
Хлеб пшеничный	40	30	1,33	1,24	8,37	40,96
			0,8	1,6	26,6	110
Хлеб ржаной	20	20	0,6	1,3	12,7	55
			-	-	-	-
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,6	1,3	12,7	55
			9,01	6,51	6,24	201,5

Уплотненный полдник

Омлет натуральный с маслом	100	90	1,2	1,3	13	90
			1	1,08	8,83	55
			1,8	1,3	13,299	56,7
Какао с молоком	200	150	1,33	1,24	8,37	40,96
			1,584	2	18,4	90
Хлеб ржаной	30	20	0,0792	1,833	11,2	82
			56,373	64,812	8,996	1852,268
Вафли	25	15	42,334	46,975	5,318	1379,679

Мед. Сестра

Шеф Повар

Заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

20 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	3,39	639	14,99	160,25
Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	3,689	8,622	8,128	117,351
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/15	30/4/10	3,489	8,422	8,0281	114,351
Кофейный напиток	200	150	1,3	1,3	14	92
			1,08	1,3	11,67	76,67
			1,3	1,3	14	92
			3	2,3	4,5	72

II Завтрак

Кисломолочный продукт (Йогурт)	150	100	3	2,3	4,5	72
			3,1	3,16	8,93	143

Обед

Рассольник ленинградский со сметаной на м/б	200	189	5,98	10,49	4,31	151,5
Тефтели мясные в томатном соусе	80	60	4,7	7,3	3,22	11,5
Картофельное пюре	150	120	8,05	9,14	48,06	322
Хлеб пшеничный	40	30	3,44	5,19	47,45	213,6
Свёкла тушёная	50	35	3,07	1,07	30,9	107,21
Хлеб ржаной	20	20	1,842	0,542	12,558	64,429
Компот из смеси сухофруктов	200	150	2,14	3,95	8,74	54
			1,14	2,95	4,74	53
			1,8	0,3	13,29	56,7
			1,33	0,24	8,37	40,96
			0,8	0,6	26,6	110
			0,6	0,3	12,7	55
			0,8	0,6	26,6	110
			14,29	10,4	10,13	140,2

Уплотненный полдник

Суфле паровое из рыбы отварной	110	100	4,3	3,5	28,8	150
Горошница	90	60	3,2	2,3	30,5	113
Чай с лимоном	200	160	-	-	11,98	92
Хлеб ржаной	20	20	-	-	9,98	30
Фрукты (Яблоко)	100	100	1,8	0,3	13,299	56,7
			1,33	0,24	8,37	40,96
			0,4	-	9,8	44
			0,4	-	9,8	44
			0,4	-	9,8	44
			0,4	-	9,8	44

Мед. Сестра

Шеф. Повар

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

21 Марта

Завтрак

	сад	ясли	3,5	3,8	12,6	99,7
Суп молочный с рисовой крупой	200	150	1,3	1,3	14	92
			1,54	3,46	9,75	78
Бутерброд с маслом	30/5	30/4	2,3	4,36	14,62	108
			1,08	1,31	11,67	76,67
Кофейный напиток	200	150	1,08	1,31	11,67	76,67
			0,7	0,3	12,7	50

II Завтрак

Сок фруктовый (яблочный)	150	100	0,7	0,3	12,7	50
			5,3	6,5	25,3	150,3

Обед

Суп Уха	200	180	9,83	17,2	41,3	263,6
			7,4	13,9	39,9	326,75
Овощное рагу с мясом	230	210	0,57	0,11	5,42	12,08
			0,38	0,07	1,61	8,05
Огурцы консервированные	50	30	3,07	1,07	30,93	107,217
			1,842	0,542	12,558	64,429
Хлеб пшеничный	40	30	2,2	0,6	8,866	77,8
			1,8	0,3	3,299	56,7
Хлеб ржаной	50	30	-	-	11,98	43
			0,6	0,3	12,7	55
Компот из сухофруктов	200	150	0,6	0,3	12,7	55
			20,48	16,2	27	387,53

Уплотненный полдник

Запеканка из творога со сгущ.молоком	165	100	5,2	5,6	22,4	190
			2,6	1,8	20,2	94
Кисель из плодово.ягодных концентрата	120	150	-	-	7,98	32,8
			-	-	5,57	24,8
			5,2	5,6	22,4	190
Печенье	15	20	2,6	1,8	20,2	94

Мед. Сестра

Шеф Повар

заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

24 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
			5,16	6,3	24,31	160
Каша вязкая рисовая молочная	200	150	4,16	5,6	19,56	144
			5,2	5,6	22,4	190
Печенье	25	15	2,6	1,8	20,2	94
			1,2	1,3	13	90
Кофейный напиток	200	150	1,08	1,3	11,67	76,67

II Завтрак

Сок фруктовый (яблочный)	150	100	0,7	0,3	12,7	50
			0,5	0,1	11,3	46

Обед

Суп с зеленым горошком на м/б со сметаной	200	180	2,3	5,6	7,2	174,505
			3,2	2	3,2	141,317
			4,5	6,4	21,9	263
Каша гречневая рассыпчатая	130	110	3	4,27	14,6	175,33
			12,1	5,02	8	192,84
Запеканка из печени с рисом	80	60	7,7	3,3	6,6	94,7
			3,07	1,07	30,93	107,217
Хлеб пшеничный	40	30	1,842	0,542	12,558	64,429
			2,2	0,6	8,866	77,8
Хлеб ржаной	50	40	1,8	0,3	3,299	56,7
			0,8	0,6	26,6	110
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,6	0,3	12,7	55
			0,1999	0,927	1,685	23,815
Салат из белокочанной капусты	50	30	0,266	1,236	1,558	18,42

Уплотненный полдник

Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	5,85	7,81	19,99	235
			3,39	6,36	14,99	160,25
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	30	50	8,80	19,30	30,48	312,3
			8,40	18,10	32,98	263,30
Чай с сахаром	200	150	-	-	11,98	43
			-	-	9,98	30

Мед. Сестра

Шеф Повар

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий МДОУ
 «Детский сад №110»
 Заводского района
 г. Саратова
 Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

25 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
Каша вязкая манная молочная	200	150	6,21 5,66	10,47 7,6	30,09 28,82	292 134
Бутерброд с маслом и сыром	30/5	30/5	3,689 3,489	8,622 8,422	8,128 8,0281	117,351 114,351
Кофейный напиток	200	150	2,3 1,08	4,36 1,3	14,62 11,67	108 76,67

II Завтрак

Кисломолочный продукт (Снежок)	150	100	3,5 3	2,8 2,3	5,0 4,5	72,5 72
--------------------------------	-----	-----	----------	------------	------------	------------

Обед

Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	210	150	5,9 4,3	12,3 9,2	9,8 7,4	174,2 130,4
Суфле из птицы	80	60	13,8 12,1	9,6 8,2	11,4 4,42	126,2 122
Каша пшеничная рассыпчатая	130	110	3,01 2,26	8,09 4,07	14,1 10,29	160 120,75
Свёкла тушеная	50	35	2,14 1,14	3,95 2,95	8,74 4,74	54 53
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,842	1,07 0,542	30,9 12,558	107,21 64,429
Хлеб ржаной	20	30	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55

Уплотненный полдник

Картофельное пюре	150	120	8,05 3,44	9,14 3,19	48,06 24,45	322 213,6
Огурцы консервированные	50	30	0,57 0,38	0,11 0,07	5,42 1,61	12,08 8,05
Чай сладкий	200	160	- -	- -	11,98 9,98	92 30
Хлеб ржаной	30	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Фрукты (Яблоко)	100	100	0,4 0,4	- -	9,8 9,8	44 44

Мед. Сестра

Шеф Повар

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

26 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
Каша вязкая молочная «Дружба»	200	150	4,63 4,86	6 5,79	286,5 31,78	161 150,75
Бутерброд с маслом	30/5	30/4	3,689 3,489	8,622 8,422	8,128 8,0281	117,351 114,351
Чай с лимоном	200	160	- -	- -	11,98 9,98	92 30

II Завтрак

Сок фруктовый (Яблочный)	150	100	0,7 0,5	0,3 0,1	12,7 11,3	50 46
--------------------------	-----	-----	------------	------------	--------------	----------

Обед

Суп гороховый с гренками на курином бульоне	200	180	8,55 4,33	12,66 1	45,15 16,09	307,7 170,2
Овощное рагу с курицей отварной	230	180	14,7 14,2	23,46 8,8	50,7 18,8	501,7 233,5
Салат из зеленого горошка с луком	50	30	1,6 0,9	2,5 4	4,3 2,6	46,4 32,6
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,842	1,07 0,542	30,9 12,558	107,21 64,429
Хлеб ржаной	20	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55

Уплотненный полдник

Омлет натуральный с маслом	100	90	9,01 7,3	6,51 5,85	6,24 13,89	101,5 198
Какао с молоком	200	150	1,2 1	1,3 1,08	13 8,83	90 55
Хлеб ржаной	30	20	1,8 1,33	0,3 0,24	3,299 8,37	56,7 40,96
Вафли	25	15	1,584 0,795	2 1,833	18,4 11,2	90 82

Мед. Сестра

Шеф Повар

Заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

27 Марта

<u>Завтрак</u>	сад	ясли	Б	Ж	У	ккл
Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	200	150	6,35 6,26	0,51 1,38	29,86 26,4	167 130,25
Бутерброд с маслом и сыром	30/5	30/4	3,689 3,489	1,622 1,422	8,128 0281	117,351 114,351
Кофейный напиток	200	150	2,3 1,08	4,36 1,3	4,62 1,67	108 76,67

II Завтрак

Кисломолочный продукт (Йогурт)	150	100	3,5 3	2,8 2,3	5,0 4,5	72,5 72
--------------------------------	-----	-----	----------	------------	------------	------------

Обед

Суп крестьянский с крупой на мясном бульоне со сметаной	200	180	3,4 1,6	8,19 4,38	22,74 28,9	174,505 183
Гуляш мясной	80	60	5,98 4,7	0,49 1,3	4,31 3,22	151,5 119,5
Макаронные изделия отварные	130	110	5,3 3,55	5,2 4,85	32,3 30,12	216 280,68
Огурец консервированный	50	40	1,7 1,1	5,3 4,8	8,6 6,7	100,8 74,2
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,842	1,07 0,542	30,93 2,558	107,217 64,429
Хлеб ржаной	20	20	1,8 1,33	0,3 0,24	13,299 8,37	56,7 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55

Уплотненный полдник

Биточки рыбные из горбуши с овощами	140	100	12,1 8,7	5,8 4,3	15,1 10,9	281 116
Винегрет овощной	90	80	4,51 3,87	5,04 4,32	8,47 24,4	1898 162
Чай с лимоном	200	160	- -	- -	11,98 9,98	92 30
Фрукты (Яблоко)	100	100	0,4 0,4	- -	9,8 8,8	4,4 4,4

Мед сестра

Шеф Повар

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

28 Марта

<u>Завтрак</u>	<i>сад</i>	<i>ясли</i>	<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	<i>Ккал</i>
Каша вязкая пшеничная молочная	200	150	10,1 9,26	2,53 0,07	25,38 21,29	192 244,75
Бутерброд с маслом	30/5	30/4	1,3 3,489	1,3 4,422	14 0281	92 114,351
Кофейный напиток	200	150	2,3 1,08	4,36 1,3	4,62 1,67	108 76,67

II Завтрак

Сок фруктовый (Яблочный)	150	100	0,7 0,5	0,3 0,1	12,7 11,3	50 46
--------------------------	-----	-----	------------	------------	--------------	----------

Обед

Суп уха	200	180	5,3 4,24	6,5 5,2	25,3 0,24	250,3 180,8
Жаркое по домашнему с мясом говядины	230	180	8,73 5,83	7,98 2,98	19,5 18	265,7 240,45
Икра морковная	50	40	6,55 1	7,47 2	30,08 5	138 43,2
Хлеб пшеничный	40	30	3,07 1,8	1,07 0,3	30,93 13,299	107,217 56,7
Хлеб ржаной	50	30	2,2 1,33	0,6 0,24	8,866 8,37	77,8 40,96
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55

Уплотненный полдник

Запеканка из творога с печеньем	130	100	20,48 15,1	16,2 11,3	27 51,7	387,53 290,1
Чай с сахаром	200	150	- -	- -	7,98 5,57	32,8 24,8

Шеф. Повар

Мед. Сестра

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«Детский сад №110»
Заводского района
г. Саратова
Романенко С.И.

Меню приготавливаемых блюд на

31 МАРТА

<u>Завтрак</u>	сад		Б	Ж	У	Ккл	
			12,6	13,9	42,1	295	К
			7,8	12,6	32,5	246	с
Каши гречневая с маслом сливочным и сахаром	150	130	5,2	5,6	22,4	190	
			2,6	1,8	20,2	94	
Печенье	20	15	-	-	11,98	4	
Чай с сахаром	200	150	-	-	9,98	30	

II Завтрак

Сок фруктовый (Яблочный)	150	100	0,7 0,5	0,3 0,1	12,7 11,3	50 46	
--------------------------	-----	-----	------------	------------	--------------	----------	--

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями на м/б со сметаной	200	150	6,05 5,4	8,99 6,6	9,8 12,8	227,5 132,2	
			15	8,2	10,8	180	
Капуста тушеная с мясом	230	180	11,6	8,0	9,36	165	
			1,6	2,5	4,3	46,4	
Салат из зеленого горошка с луком репчатым	50	30	0,9 3,07	4 1,07	2,6 30,93	32,6 107,217	
Хлеб пшеничный	40	30	1,8 2,2	0,3 0,6	13,299 8,866	56,7 77,8	
Хлеб ржаной	50	30	1,33	0,24	8,37	40,96	
Компот из смеси сухофруктов	200	150	0,8 0,6	0,6 0,3	26,6 12,7	110 55	

Уплотненный полдник

Каши вязкая манная молочная	200	150	6,21 5,66	10,47 7,6	30,09 28,82		
			8,80	19,30	30,48	3	
Гребешок из дрожжевого теста	100	90	2,3	4,75	29,5		
			1,2	1,3	13		
Какао с молоком	200	150	1	1,08	8,83		