Понедельник 10.01.2022г.

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Каша рисовая рассыпчатая с овощами	120/**148,8**
Чай с сахаром	150/**33,3**
Икра кабачковая (консервы)	30/**27**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Борщ с капустой, картофелем, сметаной	150/**68**
Котлета рыбная любительская	60/**87**
Пюре картофельное	120/**107,3**
Компот из сушеных фруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес»	130/**96,8**
Кефир 2,5 %	150/**75**
Булочка ванильная	50/**185**
УЖИН	
Макароны, запеченные с яйцом	150/**185**
Компот из свежих яблок	180/**66,6**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1508,8**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Вторник 11.01.2022г.

	ВЕС/ККАЛ
ЗАВТРАК 1	
Сыр (порционный)	10/**36**
Каша жидкая молочная пшенная с м/с	180/**209,3**
Кофейный напиток с молоком	200/**101**
Хлеб пшеничный йодированный	30/**73,5**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Суп картофельный с крупой пшеничной на м/б	200/**97,4**
Рагу из овощей с мясом отварным	200/**314**
Напиток из плодов шиповника	200/**87,7**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	30/**57,3**
Огурец соленый	20/**2,6**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Запеканка из творога	120/**296,4**
Соус сметанный	30/**22,2**
Ряженка 2,5%	180/**95,4**
УЖИН	
Омлет натуральный , запеченный	80/**120,6**
Свекла тушеная	150/**130**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1861,6**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Российская Федерация Ставропольский край, г. Пятигорск, Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 23 "Светлячок" ИНН 2632003417

Среда 12.01.2022 г.

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/66,1
Каша жидкая молочная манная с м/с	160/163
Чай с лимоном	150/28,3
Хлеб пшеничный йодированный	20/49
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/44,2
ОБЕД	
Борщ с картофелем и сметаной	150/73,3
Биточки из говядины рубленые	60/132
Каша гречневая вязкая с маслом	100/92
Соус сметанный	20/15
Компот из сухофруктов	150/67,5
Хлеб пшеничный йодированный	15/37
Хлеб ржано- пшеничный	20/38,2
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Котлеты картофельные	100/156
Кондитерское изделие (печенье)	16г/74
Молоко кипяченое 2,5%	150/78
УЖИН	
Шницель рыбный натуральный	60/83
Рагу овощное	120/120,1
Компот из свежих яблок	180/66,6
Хлеб пшеничный йодированный	20/49
Хлеб ржано-пшеничный	20/38,2
Энергетическая ценность(ккал) за день	1469,5
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Российская Федерация Ставропольский край, г. Пятигорск Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 23 «Светлячок» ОГРН 1152651005473 ИНН 2632003817

Четверг 13.01.2022г.

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)	7/**25,2**
Каша жидкая молочная «Геркулес» с м/с	160/**153,2**
Кофейный напиток с молоком	150/**75**
Хлеб пшеничный йодированный	200/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Суп из овощей со сметаной на курином бульоне	150/**77,3**
Плов из птицы	160/**348,4**
Напиток из плодов шиповника	150/**65,77**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Пудинг из творога с яблоком	120/**218,5**
Кефир 2,5%	150/**75**
УЖИН	
Омлет с картофелем с маслом сливочным	100/**182,1**
Морковь отварная с маслом сливочным	48/**24,7**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1545,07**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Пятница 14.01.2022г.

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Суп молочный с макаронными изделиями	150/**108,9**
Какао с молоком	170/**89**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Рассольник ленинградский со сметаной	150/**91**
Котлеты рубленные из фарша рыбного	60/**94,5**
Пюре картофельное	120/**107,3**
Компот из сухофруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Оладьи с джемом(повидлом)	90/**249**
Молоко кипяченое	150/**78**
УЖИН	
Гуляш из отварной птицы	60/**101,9**
Каша пшеничная вязкая с маслом	80/**81,6**
Пюре из свеклы	60/**44,4**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1502,9**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Понедельник 17.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Макароны, запеченные с сыром	120/**163**
Икра кабачковая (консервы)	30/**27**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Суп картофельный с крупой пшеничной	150/**55,4**
Биточки рубленые куриные	60/**155**
Капуста тушеная	120/**90,4**
Компот из сушеных фруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Каша жидкая на молоке гречневая	130/**156**
Кефир 2,5%	150/**75**
Булочка домашняя	50/**179**
УЖИН	
Фрикадельки рыбные отварные	60/**68**
Пюре картофельное	120/**107,3**
Компот из свежих яблок	180/**66,6**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1444**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Вторник 18.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)	7/**25,2**
Каша жидкая молочная рисовая с м/с	160/**183,6**
Какао с молоком	150/**89**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Борщ с капустой, картофелем, сметаной на м/б	150/**80,3**
Запеканка картофельная с мясом	160/**237**
Соус сметанный	20/**15**
Напиток из плодов шиповника	150/**65,77**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Сырники из творога с соусом яблочным	80/**185,6**
Ряженка 2,5%	150/**102**
УЖИН	
Омлет натуральный, запеченный	60/**90,4**
Пюре из моркови	100/**44,7**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Кондитерское изделие	16гр/**74**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1485,97**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Среда 12.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)	7//**25,2**
Каша жидкая молочная пшеннаяс м/с	160/**186,1**
Кофейный напиток с молоком	150/**75**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Суп картофельный с макаронными изделиями	150/**63**
Шницель из говядины рубленый	60/**132**
Каша пшеничная вязкая с маслом	60/**61,2**
Свекла, тушенная в сметанном соусе	60/**36,8**
Компот из сухофруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Оладьи с яблоками и повидлом /джемом	90/**238,5**
Молоко кипяченое	150/**78**
УЖИН	
Котлеты рубленные из фарша рыбного	60/**94,5**
Картофель отварной, запеченный с р/м	120/**136,2**
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1533,6**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Четверг 20.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочноекрестьянское (порционное)	10/**66,1**
Каша жидкая молочная манная с м/с	160/**163**
Какао с молоком	150/**89**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Щи из капусты свежей с картофелем и сметаной на к/б	150/**73,6**
Птица, тушенная в соусе с овощами	180/**155**
Напиток из плодов шиповника	150/**65,77**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Пудинг из творога с рисом	100/**224**
Соус молочный сладкий	20/**20,3**
Кефир 2,5%	150/**75**
УЖИН	
Омлет с морковью и маслом	110/**154**
Икра кабачковая (консервы)	60/**54**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1423,67**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Пятница 21. 01. 2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)	7/**25,2**
Каша жидкая молочная «Геркулес»с м/с	160/**153,2**
Кофейный напиток с молоком	150/**75**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Суп картофельный с горохом	150/**80,9**
Суфле из рыбы с маслом сливочным	60/**96**
Пюре картофельное	120/**107,3**
Компот из сухофруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Макароны, запеченные с яйцом	100/**123,3**
Молоко кипяченое	150/**78**
Кондитерское изделие (печенье)	30г/**127,8**
УЖИН	
Котлеты рубленые из птицы	60/**149**
Капуста тушеная	120/**90,4**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1506,8**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Понедельник 24.01.2022

ЗАВТРАК 1 ВЕС/ККАЛ	
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Каша рисовая рассыпчатая с овощами	120/**148,8**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Икра кабачковая (консервы)	30/**27**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Борщ с капустой, картофелем, сметаной	150/**68**
Фрикадельки из птицы	60/**115**
Макаронные изделия отварные с маслом	110/**119,4**
Соус сметанный	20/**15**
Компот из сушеных фруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес»	130/**96,8**
Кефир 2,5 %	150/**75**
Булочка ванильная	50/**185**
УЖИН	
Котлета рыбная любительская	60/**87**
Картофель отварной, запеченный с р/м	120/**136,2**
Компот из свежих яблок	180/**66,6**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1597,1**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Вторник 25.01.2022

ЗАВТРАК 1 ВЕС/ККАЛ	
Сыр (порционный)	7/**25,2**
Каша жидкая молочная пшенная с м/с	160/**186,1**
Кофейный напиток с молоком	150/**75**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Суп картофельный с крупой пшеничной на м/б	150/**73**
Рагу из овощей с мясом отварным	160/**251,2**
Напиток из плодов шиповника	150/**65,77**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Запеканка из творога	80/**197,6**
Соус сметанный	20/**15**
Ряженка 2,5%	150/**102**
УЖИН	
Омлет натуральный , запеченный	60/**90,4**
Свекла тушеная	120/**82,4**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1457,07**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Среда 26.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Каша жидкая молочная манная с м/с	160/**163**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Борщ с картофелем и сметаной	150/**73,3**
Биточки из говядины рубленые	60/**132**
Каша гречневая вязкая с маслом	100/**92**
Соус сметанный	20/**15**
Компот из сухофруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Котлеты картофельные 100/**156**	
Кондитерское изделие (печенье)	16г/**74**
Молоко кипяченое 2,5%	150/**78**
УЖИН	
Шницель рыбный натуральный	60/**83**
Рагу овощное	120/**120,1**
Компот из свежих яблок	180/**66,6**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1469,5**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Четверг 27.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Сыр (порционный)	7/**25,2**
Каша жидкая молочная «Геркулес» с м/с	160/**153,2**
Кофейный напиток с молоком	150/**75**
Хлеб пшеничный йодированный	200/**49**
ЗАВТРАК 2	
Плоды свежие	100г/**44,2**
ОБЕД	
Суп из овощей со сметаной на к/б	150/**77,3**
Плов из птицы	160/**348,4**
Напиток из плодов шиповника	150/**65,77**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Пудинг из творога с яблоком	120/**218,5**
Кефир 2,5%	150/**75**
УЖИН	
Омлет с картофелем с маслом сливочным	100/**182,1**
Морковь отварная с маслом сливочным	48/**24,7**
Чай с сахаром	180/**37,8**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1545,07**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Пятница 28.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Суп молочный с макаронными изделиями	150/**108,9**
Какао с молоком	170/**89**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Рассольник ленинградский со сметаной	150/**91**
Котлеты рубленные из фарша рыбного	60/**94,5**
Пюре картофельное	120/**107,3**
Компот из сухофруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Оладьи с джемом(повидлом)	90/**249**
Молоко кипяченое	150/**78**
УЖИН	
Гуляш из отварной птицы	60/**101,9**
Каша пшеничная вязкая с маслом	80/**81,6**
Пюре из свеклы	60/**44,4**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1502,9**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____

Понедельник 31.01.2022

ЗАВТРАК 1	ВЕС/ККАЛ
Масло сливочное крестьянское (порционное)	10/**66,1**
Макароны, запеченные с сыром	120/**163**
Икра кабачковая (консервы)	30/**27**
Чай с лимоном	150/**28,3**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
ЗАВТРАК 2	
Сок фруктовый порционный (яблочный)	200г/**84**
ОБЕД	
Суп картофельный с крупой пшеничной	150/**55,4**
Биточки рубленые куриные	60/**155**
Капуста тушеная	120/**90,4**
Компот из сушеных фруктов	150/**67,5**
Хлеб пшеничный йодированный	15/**37**
Хлеб ржано- пшеничный	20/**38,2**
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Каша жидкая на молоке гречневая	130/**156**
Кефир 2,5%	150/**75**
Булочка домашняя	50/**179**
УЖИН	
Фрикадельки рыбные отварные	60/**68**
Пюре картофельное	120/**107,3**
Компот из свежих яблок	180/**66,6**
Хлеб пшеничный йодированный	20/**49**
Хлеб ржано-пшеничный	20/**38,2**
Энергетическая ценность(ккал) за день	**1444**
Стоимость дня	

Заведующий _____

Спец. по питанию _____