

# МБДОУ

«Детский сад № 97 комбинированного вида»

Меню на 30 октября

Завтрак выход блюд (гр.)

Ясли Сал Сал 10 Калорийность  
Ясли Сал Сал 10

|                |     |     |     |      |       |      |
|----------------|-----|-----|-----|------|-------|------|
| Хлеб пшеничный | 150 | 200 | 150 | 141  | 210,7 | 141  |
| молоко стер.   | 30  | 30  | 30  | 66   | 66    | 66   |
| сахар          | 10  | 10  | 10  | 36   | 36    | 36   |
| Фруктос микс   | 150 | 200 | 150 | 94,5 | 126   | 94,5 |

|           |  |  |  |       |       |       |
|-----------|--|--|--|-------|-------|-------|
| Итого:    |  |  |  | 327,5 | 432,7 | 327,5 |
| ГО СУММА: |  |  |  | 38,77 | 47,08 | 38,77 |

|                           |     |     |     |       |       |       |
|---------------------------|-----|-----|-----|-------|-------|-------|
| Суп с крупой и картофелем | 150 | 200 | 150 | 69,4  | 91,4  | 69,4  |
| Каршор. морс              | 100 | 130 | 100 | 102   | 133,2 | 102   |
| Сметана                   | 30  | 50  | 30  | 163,4 | 273,6 | 163,4 |
| В соусе                   | 30  | 50  | 30  | 171,2 | 287   | 171,2 |
| Хлеб пшеничный            | 40  | 50  | 40  | 88    | 110   | 88    |
| Хлеб ржаной               | 30  | 35  | 30  | 66    | 77    | 66    |
| Фруктос микс              | 150 | 200 | 150 | 51,3  | 69,2  | 51,3  |
| Итого:                    |     |     |     | 557,3 | 816,1 | 557,3 |
| ГО СУММА:                 |     |     |     | 47,44 | 68,8  | 47,19 |

|                                           |     |     |     |       |       |       |
|-------------------------------------------|-----|-----|-----|-------|-------|-------|
| «Плотный» полдник с включением блюд ужина |     |     |     |       |       |       |
| Салат из св. морк.                        | 30  | 50  | 30  | 13,4  | 21,9  | 13,4  |
| Творожок                                  | 60  | 60  | 60  | 139,5 | 139,5 | 139,5 |
| Соус из киселя                            | 30  | 50  | 30  | 19,9  | 33,1  | 19,9  |
| Хлеб пшеничный                            | 20  | 20  | 20  | 44    | 44    | 44    |
| Сок О.Д.                                  | 200 | —   | —   | 88    | —     | —     |
| Фруктос микс                              | —   | 200 | 150 | —     | 85,6  | 49,1  |
| Итого:                                    |     |     |     | 348,7 | 449,9 | 309,9 |
| ГО СУММА:                                 |     |     |     | 53,38 | 33,7  | 38,96 |
| ГО СУММА ЗА ДЕНЬ:                         |     |     |     | 139,6 | 149,5 | 118,2 |

заведующий И.А. Никифорова

калькулятор Чел. Г.И. Чернышова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849527

Владелец Никифорова Ирина Александровна

Действителен с 08.09.2025 по 08.09.2026