

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

150	<b>Каша гречневая рассыпчатая сладкая 3-7</b> <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Сахар белый</i>	кКал-170, Белки-5, Жиры-4, Угл-29
55	<b>Бутерброд с маслом 3-7</b> <i>Батон нарезной 0,38, Масло сливочное</i>	кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23
200	<b>Чай сладкий 3-7</b> <i>Чай черный, Сахар белый</i>	кКал-51, Угл-13

**Итого за Завтрак1** кКал-405, Белки-9, Жиры-13, Угл-65**Завтрак2**

200	<b>Сок 3-7</b>	кКал-100, Белки-1, Угл-24
-----	----------------	---------------------------

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24**Обед**

200	<b>Борщ с картофелем 3-7 лет</b> <i>Свекла столовая, Картофель продовольственный, Капуста белокачанная, Морковь столовая, Лук репчатый, Сметана, Паста томатная, Масло сливочное, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-141, Белки-3, Жиры-5, Угл-22
80	<b>Биточки рыбные с овощами запеченными 3-7</b> <i>Сметана, Мука пшеничная, Соль пищевая, Минтай с/м без головы, Морковь столовая, Капуста белокачанная, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ</i>	
150	<b>Картофельное пюре 3-7</b> <i>Картофель продовольственный, Масло сливочное, Молоко питьевое, Соль пищевая</i>	кКал-160, Белки-3, Жиры-6, Угл-23
60	<b>Салат из отварной свеклы 3-7</b> <i>Масло подсолнечное рафинированное, Свекла столовая</i>	кКал-51, Белки-1, Жиры-3, Угл-5
32	<b>Хлеб пшеничный 3-7</b>	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	<b>Хлеб ржаной 3-7</b>	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	<b>Компот из сушеных фруктов 3-7</b> <i>Сахар белый, Смеси сушеных фруктов</i>	кКал-67, Угл-18

**Итого за Обед** кКал-567, Белки-11, Жиры-14, Угл-98**Полдник**

80	<b>Ватрушка 3-7</b> <i>Дрожжи хлебопекарные, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное, Молоко питьевое, Мука пшеничная, Сахар белый, Соль пищевая, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Ванилин</i>	кКал-352, Белки-15, Жиры-13, Угл-42
200	<b>Кефир 3-7</b>	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

**Итого за Полдник** кКал-464, Белки-21, Жиры-19, Угл-50**Итого за** кКал-1 536, Белки-42, Жиры-46, Угл-237

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.



**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200	<b>Каша пшеничная молочная жидкая 3-7</b> <i>Масло сливочное, Молоко питьевое, Пшено, Сахар белый, Яблоки свежие</i>	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
72	<b>Бутерброд с сыром 3-7</b> <i>Сыры твердые, Батон нарезной 0,38, Масло сливочное</i>	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
200	<b>Чай сладкий 1,5-3</b> <i>Чай черный, Сахар белый</i>	кКал-51, Угл-13

**Итого за Завтрак1** кКал-549, Белки-15, Жиры-28, Угл-58**Завтрак2**

100	<b>Бананы</b>	Угл-27
-----	---------------	--------

**Итого за Завтрак2** Угл-27**Обед**

200	<b>Суп из овощей 3-7</b> <i>Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Капуста белокачанная, Горох консервированный, Сметана, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая</i>	кКал-115, Белки-2, Жиры-6, Угл-13
175	<b>Запеканка с макаронами</b> <i>Говядина охлажденная, Свинина мякоть, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное</i>	кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31
60	<b>Салат из белокачанной капусты 3-7</b> <i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
32	<b>Хлеб пшеничный 3-7</b>	кКал-68, Белки-2, Угл-14
45	<b>Хлеб ржаной 3-7</b>	кКал-80, Белки-2, Угл-16
200	<b>Компот из свежих плодов 3-7</b> <i>Яблоки свежие, Сахар белый, Слива</i>	кКал-61, Угл-15

**Итого за Обед** кКал-725, Белки-27, Жиры-27, Угл-92**Полдник**

40	<b>Вафли 3-7</b>	кКал-195, Белки-2, Жиры-9, Угл-27
150	<b>Молоко кипяченое 3-7</b>	кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-282, Белки-6, Жиры-14, Угл-34**Итого за** кКал-1 556, Белки-48, Жиры-69, Угл-211

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.



**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

110 **Омлет натуральный 3-7** кКал-170, Белки-9, Жиры-14, Угл-2

*Масло сливочное, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ*

45 **Икра кабачковая 3-7** кКал-44, Жиры-3, Угл-3

72 **Бутерброд с сыром 3-7** кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19

*Сыры твердые, Батон нарезной 0,38, Масло сливочное*

200 **Какао с молоком 3-7** кКал-229, Белки-6, Жиры-6, Угл-40

*Какао-порошок, Молоко питьевое, Сахар белый*

**Итого за Завтрак1** кКал-717, Белки-23, Жиры-41, Угл-64

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Суп картофельный с бобами** кКал-99, Белки-2, Жиры-4, Угл-14

*Картофель продовольственный, Горох шлифованный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая*

80 **Курица в соусе с томатом 3-7** кКал-215, Белки-17, Жиры-15, Угл-4

*Мясо сельскохозяйственной птицы охлажден., Мука пшеничная, Лук репчатый, Паста томатная, Морковь столовая*

150 **Картофельное пюре 3-7** кКал-160, Белки-3, Жиры-6, Угл-23

*Картофель продовольственный, Масло сливочное, Молоко питьевое, Соль пищевая*

60 **салат из горошка зеленого консервированного 3-7** кКал-56, Белки-2, Жиры-4, Угл-4

*Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый*

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

200 **Компот из сушеных фруктов 3-7** кКал-67, Угл-18

*Сахар белый, Смеси сушеных фруктов*

**Итого за Обед** кКал-745, Белки-28, Жиры-29, Угл-93

**Полдник**

100 **Пирожок печеный с капустой 3-7** кКал-247, Белки-8, Жиры-8, Угл-36

*Мука пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное, Дрожжи хлебопекарные, Капуста белокочанная, Ванилин*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

**Итого за Полдник** кКал-359, Белки-14, Жиры-14, Угл-44

**Итого за** кКал-1 880, Белки-66, Жиры-85, Угл-214

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1****Каша из овсяных хлопьев**

200 **"Геркулес" молочная жидкая 3-7** кКал-216, Белки-7, Жиры-11, Угл-23

*Масло сливочное, Молоко питьевое, Сахар белый, Хлопья овсяные*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное*

200 **Чай с молоком 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24

*Молоко питьевое, Сахар белый, Чай черный*

**Итого за Завтрак1** кКал-574, Белки-17, Жиры-26, Угл-70

**Завтрак2**

100 **Яблоки 3-7** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Итого за Завтрак2** кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13

**Обед**

200 **Свекольник со сметаной 3-7  
№ 2**

*Свекла столовая, Картофель продовольственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана, Соль пищевая*

80 **Оладьи из печени** кКал-152, Белки-14, Жиры-9, Угл-3

*Субпродукты пищевые круп.рогатого скота заморожен., Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное*

150 **Каша гречневая  
рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

*Крупа гречневая, Масло сливочное*

60 **Салат из белокачанной  
капусты 3-7** кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное*

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

200 **Компот из свежих плодов  
3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый, Слива*

**Итого за Обед** кКал-532, Белки-23, Жиры-15, Угл-71

**Полдник**

150 **Запеканка морковная с  
творогом 3-7** кКал-399, Белки-16, Жиры-11, Угл-35

*Творог, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сахар белый, Крупа манная, Морковь столовая*

200 **Кефир 3-7** кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

**Итого за Полдник** кКал-511, Белки-22, Жиры-17, Угл-43

**Итого за** кКал-1 676, Белки-63, Жиры-59, Угл-197

**(Сад1)**

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

**Завтрак1**

200 **Каша манная молочная жидкая 3-7** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

*Крупа манная, Молоко питьевое, Масло сливочное, Сахар белый*

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

*Батон нарезной 0,38, Масло сливочное*

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый*

**Итого за Завтрак1** кКал-409, Белки-10, Жиры-17, Угл-66

**Завтрак2**

200 **Сок 3-7** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Итого за Завтрак2** кКал-100, Белки-1, Угл-24

**Обед**

200 **суп картофельный с клецками 3-7** кКал-121, Белки-3, Жиры-4, Угл-24

*Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль пищевая, Говядина охлажденная*

75 **Тефтели рыбные** кКал-82, Белки-7, Жиры-2, Угл-8

*Минтай с/м без головы, Рис, Молоко питьевое, Лук репчатый, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Паста томатная, Масло сливочное*

150 **Капуста тушеная 3-7** кКал-111, Белки-4, Жиры-5, Угл-18

*Капуста белокачанная, Морковь столовая, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное, Лук репчатый*

32 **Хлеб пшеничный 3-7** кКал-68, Белки-2, Угл-14

45 **Хлеб ржаной 3-7** кКал-80, Белки-2, Угл-16

200 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

*Яблоки свежие, Сахар белый, Слива*

**Итого за Обед** кКал-523, Белки-18, Жиры-11, Угл-95

**Полдник**

50 **Пряник** кКал-180, Белки-3, Жиры-3, Угл-36

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

**Итого за Полдник** кКал-267, Белки-7, Жиры-8, Угл-43

**Итого за** кКал-1 299, Белки-36, Жиры-36, Угл-228

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская  
сестра

Лачина Ю.В.





## Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

	Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
Подписи отправителя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 48" Рыбкина Олеся Юрьевна, Заведующий	 Не требуется для подписания	43DC01FBC5D3552D4233F5B348 427318 с 21.02.2023 16:05 по 16.05.2024 16:05 GMT+03:00	26.10.2023 15:13 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 48" Рыбкина Олеся Юрьевна, Заведующий	 Не требуется для подписания	43DC01FBC5D3552D4233F5B348 427318 с 21.02.2023 16:05 по 16.05.2024 16:05 GMT+03:00	26.10.2023 15:13 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа