

(Сад1)

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

Завтрак1

150 **Плов фруктовый** кКал-189, Белки-3, Жиры-4, Угл-35

Рис, Сахар белый, Изюм, Масло сливочное

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-424, Белки-7, Жиры-13, Угл-71

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 макаронными изделиями 3-7** кКал-198, Белки-9, Жиры-9, Угл-20

Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Соль пищевая, Масло подсолнечное рафинированное, Изделия макаронные

70 **Рыба, тушеная с овощами 3-7** кКал-76, Белки-11, Жиры-3, Угл-2

Минтай с/м без головы, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Паста томатная

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

Картофель продовольственный, Масло сливочное, Соль пищевая

60 **Салат из отварной свеклы 3-7** кКал-51, Белки-1, Жиры-3, Угл-5

Масло подсолнечное рафинированное, Свекла столовая

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-700, Белки-28, Жиры-21, Угл-98

Полдник

100 **пирожок печеный с отварным мясом** кКал-336, Белки-14, Жиры-14, Угл-37

Мука пшеничная, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сахар белый, Масло сливочное, Дрожжи хлебопекарные, Соль пищевая, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый, Субпродукты пищевые круп.рогатого скота заморожен.

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

Итого за Полдник кКал-448, Белки-20, Жиры-20, Угл-45

Итого за кКал-1 672, Белки-56, Жиры-54, Угл-238

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 **Суп молочный с клецками 3-7** кКал-189, Белки-7, Жиры-8, Угл-22

Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное, Сахар белый

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-692, Белки-21, Жиры-32, Угл-81

Завтрак2

100 **Бананы** Угл-27

Итого за Завтрак2 Угл-27

Обед

200 **Свекольник на бульоне 3-7** кКал-153, Белки-3, Жиры-6, Угл-22

Картофель продовольственный, Свекла столовая, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Паста томатная, Сметана, Соль пищевая

70 **Птица тушеная в сметанном соусе 3-7** кКал-236, Белки-17, Жиры-18, Угл-1

Мясо сельскохозяйственной птицы охлажден., Соль пищевая, Сметана

150 **Макаронные изделия отварные 3-7** кКал-207, Белки-6, Жиры-6, Угл-31

Масло сливочное, Изделия макаронные

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

180 **Компот из свежих плодов 3-7** кКал-55, Угл-13

Яблоки свежие, Сахар белый

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

Итого за Обед кКал-842, Белки-31, Жиры-33, Угл-100

Полдник

45 **салат из моркови с яблоками с растительным маслом 3-7** кКал-49, Жиры-3, Угл-5

Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый, Масло подсолнечное рафинированное

150 **Лепешки с творогом 3-7** кКал-319, Белки-20, Жиры-14, Угл-25

Изделия макаронные, Масло сливочное, Сахар белый, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сметана, Мука пшеничная, Молоко питьевое

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

Итого за Полдник кКал-480, Белки-26, Жиры-23, Угл-38

Итого за кКал-2 014, Белки-78, Жиры-88, Угл-246



(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
50	Яйцо вареное	кКал-66, Белки-5, Жиры-5
130	Капуста тушеная 3-7 <i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное, Лук репчатый</i>	кКал-96, Белки-3, Жиры-4, Угл-16
72	Бутерброд с сыром 3-7 <i>Сыры твердые, Батон нарезной 0,38, Масло сливочное</i>	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
200	Чай с молоком 3-7 <i>Молоко питьевое, Сахар белый, Чай черный</i>	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
Итого за Завтрак1		кКал-610, Белки-22, Жиры-33, Угл-59
<u>Завтрак2</u>		
100	Яблоки 3-7	кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13
Итого за Завтрак2		кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13
<u>Обед</u>		
200	суп картофельный с клецками 3-7 <i>Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль пищевая, Говядина охлажденная</i>	кКал-121, Белки-3, Жиры-4, Угл-24
200	Плов рисовый с мясом (курицей)3-7 <i>Говядина охлажденная, Рис, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло сливочное, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-359, Белки-17, Жиры-18, Угл-32
60	Икра кабачковая 3-7	кКал-58, Белки-1, Жиры-4, Угл-4
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 <i>Яблоки свежие, Сахар белый</i>	кКал-61, Угл-15
Итого за Обед		кКал-747, Белки-25, Жиры-26, Угл-105
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный пшеничный 3-7 <i>Крупа пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый, Масло сливочное</i>	кКал-139, Белки-5, Жиры-5, Угл-18
25	Печенье 3-7	кКал-101, Белки-3, Угл-18
150	Кефир 3-7	кКал-84, Белки-4, Жиры-5, Угл-6
Итого за Полдник		кКал-324, Белки-12, Жиры-10, Угл-42
Итого за		кКал-1 740, Белки-60, Жиры-70, Угл-219

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	Каша гречневая молочная жидкая 3-7 <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Молоко питьевое, Сахар белый</i>	кКал-222, Белки-7, Жиры-10, Угл-25
55	Бутерброд с маслом 3-7 <i>Батон нарезной 0,38, Масло сливочное</i>	кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23
200	Чай сладкий 3-7 <i>Чай черный, Сахар белый</i>	кКал-51, Угл-13

Итого за Завтрак1 кКал-457, Белки-11, Жиры-19, Угл-61

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	Россольник домашний 3-7 <i>Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Рис, Масло подсолнечное рафинированное, Огурцы соленые, Соль пищевая, Сметана</i>	кКал-166, Белки-8, Жиры-8, Угл-16
150	Рыба под омлетом 3-7 <i>Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5
60	Винегрет 3-7 <i>Картофель продовольственный, Свекла столовая, Морковь столовая, Лук репчатый, Огурцы соленые, Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая</i>	кКал-81, Белки-2, Жиры-3, Угл-11
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 <i>Сахар белый, Смеси сушеных фруктов</i>	кКал-67, Угл-18
150	Макаронные изделия отварные 3-7 <i>изделия макаронные, масло сливочное</i>	кКал-207, Белки-6, Жиры-6, Угл-31

Итого за Обед кКал-900, Белки-43, Жиры-30, Угл-111

Полдник

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

Итого за Полдник кКал-282, Белки-6, Жиры-14, Угл-34

Итого за кКал-1 698, Белки-61, Жиры-64, Угл-219

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	03.11.2023 13:30 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	03.11.2023 13:30 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа