

(Сад1)

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

Завтрак1

150 **Каша пшеничная сладкая** кКал-228, Белки-7, Жиры-3, Угл-41

Крупа пшеничная, 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-463, Белки-11, Жиры-12, Угл-77

Завтрак2

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

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

Обед

200 **Борщ с картофелем 3-7 лет** кКал-141, Белки-3, Жиры-5, Угл-22

Свекла столовая, Картофель продовольственный, Капуста белокачанная, Морковь столовая, Лук репчатый, Сметана, Паста томатная, Масло сливочное, Масло подсолнечное рафинированное

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

35 **Соус томатный 3-7** кКал-29, Жиры-2, Угл-3

Мука пшеничная, Паста томатная, Масло сливочное

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

Картофель продовольственный, Масло сливочное, Молоко питьевое, Соль пищевая

60 **Икра свекольная 3-7** кКал-90, Белки-1, Жиры-6, Угл-7

Масло подсолнечное рафинированное, Свекла столовая, Лук репчатый, Морковь столовая, Паста томатная

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 сушеных фруктов 3-7** кКал-67, Угл-18

Сахар белый, Смеси сушеных фруктов

Итого за Обед кКал-717, Белки-18, Жиры-21, Угл-111

Полдник

80 **Ватрушка 3-7** кКал-352, Белки-15, Жиры-13, Угл-42

Дрожжи хлебопекарные, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное, Молоко питьевое, Мука пшеничная, Сахар белый, Соль пищевая, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Ванилин

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

Итого за Полдник кКал-464, Белки-21, Жиры-19, Угл-50

Итого за кКал-1 744, Белки-51, Жиры-52, Угл-262

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 молочная " Дружба "**
3-7 кКал-186, Белки-5, Жиры-6, Угл-28

Рис, Пшено, Молоко питьевое, 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 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

Чай черный, Сахар белый

Итого за Завтрак1 кКал-511, Белки-13, Жиры-24, Угл-60

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

150 **Перец фаршированный 3-7** кКал-119, Белки-3, Жиры-3, Угл-19

Перец болгарский, Рис, Лук репчатый, Морковь столовая, Помидоры свежие, Масло подсолнечное рафинированное, Говядина охлажденная

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-447, Белки-10, Жиры-7, Угл-83

Полдник

150 **Макароны с сахаром 3-7** кКал-192, Белки-5, Жиры-3, Угл-36

Изделия макаронные, Масло сливочное, Сахар белый, Соль пищевая

30 **Вафли 3-7** кКал-146, Белки-2, Жиры-7, Угл-20

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

Итого за Полдник кКал-450, Белки-13, Жиры-16, Угл-64

Итого за кКал-1 467, Белки-37, Жиры-48, Угл-220

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

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-719, Белки-21, Жиры-35, Угл-82

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

200 **Куриное рагу с картофелем 3-7** кКал-368, Белки-20, Жиры-20, Угл-28

Мясо сельскохозяйственной птицы охлажден., Картофель продовольственный, Лук репчатый, Масло сливочное, Паста томатная

45 **Икра из кабачков** кКал-40, Жиры-2, Угл-5

Масло подсолнечное рафинированное, Кабачки свежие, Лук репчатый, Морковь столовая, Паста томатная

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-623, Белки-24, Жиры-22, Угл-81

Полдник

150 **Запеканка рисовая с творогом** кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42

Рис, Масло сливочное, Сахар белый, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана

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

Итого за Полдник кКал-486, Белки-26, Жиры-20, Угл-50

Итого за кКал-1 887, Белки-72, Жиры-78, Угл-226

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 манная молочная жидкая 3-7 <i>Крупа манная, Молоко питьевое, Масло сливочное, Сахар белый</i>	кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30
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-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 макаронными изделиями 3-7 <i>Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Соль пищевая, Масло подсолнечное рафинированное, Изделия макаронные</i>	кКал-198, Белки-9, Жиры-9, Угл-20
70	Рыба, тушеная с овощами 3-7 <i>Минтай с/м без головы, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Паста томатная</i>	кКал-76, Белки-11, Жиры-3, Угл-2
150	Картофельное пюре 3-7 <i>Картофель продовольственный, Масло сливочное, Молоко питьевое, Соль пищевая</i>	кКал-160, Белки-3, Жиры-6, Угл-23
60	Салат из отварной свеклы 3-7 <i>Масло подсолнечное рафинированное, Свекла столовая</i>	кКал-51, Белки-1, Жиры-3, Угл-5
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

Итого за Обед кКал-700, Белки-28, Жиры-21, Угл-98**Полдник**

50	Печенье 3-7	кКал-203, Белки-5, Жиры-1, Угл-36
150	Молоко кипяченое 3-7	кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

Итого за Полдник кКал-290, Белки-9, Жиры-6, Угл-43**Итого за** кКал-1 499, Белки-48, Жиры-44, Угл-231

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	10.11.2023 13:34 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	10.11.2023 13:36 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа