

(Сад1)

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

Завтрак1

50	Яйцо вареное	кКал-66, Белки-5, Жиры-5
150	Каша пшеничная рассыпчатая 3-7 <i>Крупа пшеничная, Масло сливочное</i>	кКал-209, Белки-7, Жиры-3, Угл-36
60	Икра кабачковая 3-7	кКал-58, Белки-1, Жиры-4, Угл-4
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-568, Белки-17, Жиры-21, Угл-76**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 <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
180	Рагу из мяса и овощей 3-7 <i>Картофель продовольственный, Лук репчатый, Масло сливочное, Морковь столовая, Соль пищевая, Горох консервированный, Говядина охлажденная, Мука пшеничная, Паста томатная, Сметана</i>	кКал-332, Белки-19, Жиры-15, Угл-27
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-739, Белки-27, Жиры-23, Угл-102**Полдник**

150	Вареники ленивые 3-7 <i>Творог, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сахар белый, Сметана, Молоко питьевое, Масло сливочное</i>	кКал-279, Белки-23, Жиры-12, Угл-20
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

Итого за Полдник кКал-391, Белки-29, Жиры-18, Угл-28**Итого за** кКал-1 798, Белки-74, Жиры-62, Угл-230

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)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша пшеничная молочная жидкая 3-7 <i>Масло сливочное, Молоко питьевое, Пшено, Сахар белый, Яблоки свежие</i>	кКал-224, Белки-7, Жиры-10, Угл-26
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	Какао с молоком 3-7 <i>Какао-порошок, Молоко питьевое, Сахар белый</i>	кКал-229, Белки-6, Жиры-6, Угл-40
Итого за Завтрак1		кКал-727, Белки-21, Жиры-34, Угл-85
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<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>Рис, Мясо сельскохозяйственной птицы охлажден., Морковь столовая, Лук репчатый, Масло сливочное, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-359, Белки-17, Жиры-18, Угл-32
60	Салат из белокачанной капусты 3-7 <i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
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, Слива</i>	кКал-61, Угл-15
Итого за Обед		кКал-732, Белки-25, Жиры-25, Угл-104
<u>Полдник</u>		
100	Пирожок с повидлом <i>Дрожжи хлебопекарные, Масло сливочное, Мука пшеничная, Сахар белый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Повидло фруктовое</i>	кКал-389, Белки-9, Жиры-8, Угл-69
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-501, Белки-15, Жиры-14, Угл-77
Итого за		кКал-1 960, Белки-61, Жиры-73, Угл-293

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

100 **Омлет натуральный 3-7** кКал-155, Белки-8, Жиры-13, Угл-2

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

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-480, Белки-16, Жиры-31, Угл-34

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 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

80 **Рыба, тушеная в сметане (ментай)** кКал-140, Белки-14, Жиры-8, Угл-2

Минтай с/м без головы, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана, Соль пищевая, Филе пангасиуса

150 **Картофель отварной** кКал-144, Белки-3, Жиры-4, Угл-16

Картофель продовольственный, Масло сливочное, Соль пищевая

50 **салат из горошка зеленого консервированного 3-7** кКал-46, Белки-1, Жиры-3, Угл-3

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-698, Белки-25, Жиры-21, Угл-91

Полдник

150 **Суп молочный с клецками 3-7** кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17

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

25 **Печенье 3-7** кКал-101, Белки-3, Угл-18

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

Итого за Полдник кКал-354, Белки-14, Жиры-12, Угл-43

Итого за кКал-1 591, Белки-56, Жиры-65, Угл-181

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)
<u>Завтрак1</u>		
200	Суп молочный пшеничный 3-7 <i>Крупа пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый, Масло сливочное</i>	кКал-185, Белки-6, Жиры-7, Угл-24
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-420, Белки-10, Жиры-16, Угл-60
<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	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
80	Котлеты, биточки, шницель 3-7 <i>Свинина мякоть, Говядина охлажденная, Хлеб пшеничный 0,55, Лук репчатый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль пищевая</i>	кКал-186, Белки-16, Жиры-11, Угл-6
150	Макаронные изделия отварные 3-7 <i>Масло сливочное, Изделия макаронные</i>	кКал-207, Белки-6, Жиры-6, Угл-31
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
Итого за Обед		кКал-855, Белки-36, Жиры-28, Угл-112
<u>Полдник</u>		
150	Сырники из творога запеченные 3-7 <i>Творог, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло подсолнечное рафинированное, Сахар белый, Сметана, Молоко питьевое, Крупа манная</i>	кКал-255, Белки-22, Жиры-6, Угл-30
50	Соус сметанный сладкий <i>Сметана, Мука пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый</i>	кКал-67, Белки-2, Жиры-3, Угл-4
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-434, Белки-30, Жиры-15, Угл-42
Итого за		кКал-1 768, Белки-77, Жиры-60, Угл-327



(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Каша рисовая молочная жидкая 3-7 <i>Рис, Масло сливочное, Молоко питьевое, Сахар белый</i>	кКал-222, Белки-6, Жиры-9, 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-457, Белки-10, Жиры-18, Угл-66
<u>Завтрак2</u>		
200	Сок 3-7	кКал-100, Белки-1, Угл-24
Итого за Завтрак2		кКал-100, Белки-1, Угл-24
<u>Обед</u>		
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
80	Оладьи из печени <i>Субпродукты пищевые круп.рогатого скота заморожен., Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное</i>	кКал-152, Белки-14, Жиры-9, Угл-3
150	Капуста тушеная 3-7 <i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное, Лук репчатый</i>	кКал-111, Белки-4, Жиры-5, Угл-18
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, Слива</i>	кКал-61, Угл-15
Итого за Обед		кКал-678, Белки-31, Жиры-23, Угл-88
<u>Полдник</u>		
55	Пряник	кКал-198, Белки-4, Жиры-3, Угл-40
150	Молоко кипяченое 3-7	кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7
Итого за Полдник		кКал-285, Белки-8, Жиры-8, Угл-47
Итого за		кКал-1 520, Белки-50, Жиры-49, Угл-225

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	20.11.2023 13:58 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	20.11.2023 13:58 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа