

**(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 1.5-3</b> <i>Свекла столовая, Картофель продовольственный, Капуста белокачанная, Морковь столовая, Лук репчатый, Сметана, Паста томатная, Масло сливочное, Соль пищевая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-127, Белки-3, Жиры-5, Угл-19
75	<b>Тефтели рыбные</b> <i>Минтай с/м без головы, Рис, Молоко питьевое, Лук репчатый, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Паста томатная, Масло сливочное</i>	кКал-82, Белки-7, Жиры-2, Угл-8
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
50	<b>салат из горошка зеленого консервированного 3-7</b> <i>Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый</i>	кКал-46, 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 сушеных фруктов 3-7</b> <i>Сахар белый, Смеси сушеных фруктов</i>	кКал-67, Угл-18

**Итого за Обед** кКал-630, Белки-18, Жиры-16, Угл-101**Полдник**

150	<b>Запеканка морковная с творогом 3-7</b> <i>Творог, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сахар белый, Крупа манная, Морковь столовая</i>	кКал-399, Белки-16, Жиры-11, Угл-35
200	<b>Кефир 3-7</b>	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

**Итого за Полдник** кКал-511, Белки-22, Жиры-17, Угл-43**Итого за** кКал-1 646, Белки-50, Жиры-46, Угл-233

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 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

*Чай черный, Сахар белый*

**Итого за Завтрак1** кКал-541, Белки-15, Жиры-29, Угл-55

**Завтрак2**

100 **Бананы** Угл-27

**Итого за Завтрак2** Угл-27

**Обед**

200 **Суп из овощей 3-7** кКал-115, Белки-2, Жиры-6, Угл-13

*Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Капуста белокачанная, Горох консервированный, Сметана, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая*

175 **Запеканка с макаронами** кКал-358, Белки-20, Жиры-18, Угл-31

*Говядина охлажденная, Свинина якорь, Изделия макаронные, Масло подсолнечное рафинированное, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное*

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*

30 **Огурец натуральный свежий 3-7** кКал-4, Угл-1

**Итого за Обед** кКал-743, Белки-27, Жиры-27, Угл-98

**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*

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-399, Белки-13, Жиры-19, Угл-45

**Итого за** кКал-1 683, Белки-55, Жиры-75, Угл-225

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*

50 **Икра кабачковая 3-7** кКал-48, 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-721, 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 рисовый 3-7** кКал-73, Белки-3, Жиры-1, Угл-7

*Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Рис, 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 **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*

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-753, Белки-31, Жиры-25, Угл-93

**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-1 997, Белки-76, Жиры-86, 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)
<b><u>Завтрак1</u></b>		
200	<b>Суп молочный с клецками 3-7</b> <i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное, Сахар белый</i>	кКал-189, Белки-7, Жиры-8, Угл-22
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
<b>Итого за Завтрак1</b>		кКал-424, Белки-11, Жиры-17, Угл-58
<b><u>Завтрак2</u></b>		
100	<b>Яблоки 3-7</b>	кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13
<b>Итого за Завтрак2</b>		кКал-59, Белки-1, Жиры-1, Угл-13
<b><u>Обед</u></b>		
200	<b>Свекольник со сметаной 3-7 № 2</b> <i>Свекла столовая, Картофель продовольственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана, Соль пищевая</i>	
120	<b>Бефстроганов из отварного мяса в молочно-сметанном соусе 3-7лет</b> <i>Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый, Морковь столовая, Молоко питьевое, Сметана, Мука пшеничная, Свинина мякоть</i>	кКал-271, Белки-20, Жиры-19, Угл-5
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 белокачанной капусты 3-7</b> <i>Капуста белокачанная, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-43, Белки-1, Жиры-3, Угл-3
45	<b>Хлеб ржаной 3-7</b>	кКал-80, Белки-2, Угл-16
32	<b>Хлеб пшеничный 3-7</b>	кКал-68, Белки-2, Угл-14
200	<b>Компот из свежих плодов 3-7</b> <i>Яблоки свежие, Сахар белый, Слива</i>	кКал-61, Угл-15
<b>Итого за Обед</b>		кКал-683, Белки-28, Жиры-28, Угл-76
<b><u>Полдник</u></b>		
150	<b>Запеканка рисовая с творогом</b> <i>Рис, Масло сливочное, Сахар белый, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана</i>	кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42
45	<b>салат из моркови с яблоками с растительным маслом 3-7</b> <i>Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-49, Жиры-3, Угл-5
200	<b>Кефир 3-7</b>	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
<b>Итого за Полдник</b>		кКал-535, Белки-26, Жиры-26, Угл-55



**(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 бобами** кКал-99, Белки-2, Жиры-4, Угл-14

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

150 **Рыба под омлетом 3-7** кКал-231, Белки-23, Жиры-13, Угл-5

*Минтай с/м без головы, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное, Масло подсолнечное рафинированное*

20 **Огурцы соленые**

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-539, Белки-29, Жиры-17, Угл-64

**Полдник**

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-1 333, Белки-48, Жиры-42, Угл-201

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	24.11.2023 12:46 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	24.11.2023 12:46 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа