

(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
150	Каша пшеничная сладкая <i>Крупа пшеничная, Масло сливочное, Сахар белый</i>	кКал-228, Белки-7, Жиры-3, Угл-41
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-463, Белки-11, Жиры-12, Угл-77
<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	Щи из свежей капусты с картофелем 3-7 <i>Картофель продовольственный, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Морковь столовая, Капуста белокачанная, Сметана, Соль пищевая, Паста томатная</i>	кКал-172, Белки-9, Жиры-10, Угл-12
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-674, Белки-28, Жиры-22, Угл-90
<u>Полдник</u>		
40	салат из моркови с яблоками с растительным маслом 3-7 <i>Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый, Масло подсолнечное рафинированное</i>	кКал-44, Жиры-3, Угл-4
150	Лепешки с творогом 3-7 <i>Изделия макаронные, Масло сливочное, Сахар белый, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сметана, Мука пшеничная, Молоко питьевое</i>	кКал-319, Белки-20, Жиры-14, Угл-25
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-475, Белки-26, Жиры-23, Угл-37
Итого за		кКал-1 712, Белки-66, Жиры-57, Угл-228



(Сад1)

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

Завтрак1**Суп молочный с**

200 **макаронными изделиями 3-7** кКал-187, Белки-7, Жиры-9, Угл-21

Изделия макаронные, Масло сливочное, Молоко питьевое, 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-690, Белки-21, Жиры-33, Угл-80

Завтрак2

100 **Бананы** Угл-27

Итого за Завтрак2 Угл-27

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, Помидоры свежие

200 **Говядина тушеная с капустой 3-7** кКал-264, Белки-17, Жиры-18, Угл-9

Говядина охлажденная, Лук репчатый, Морковь столовая, Капуста белокачанная, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая

20 **Огурцы соленые**

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

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

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

Яблоки свежие, Сахар белый, Слива

Итого за Обед кКал-540, Белки-24, Жиры-19, Угл-59

Полдник

100 **Пирожок печенный с картофелем и луком 3-7** кКал-239, Белки-7, Жиры-5, Угл-41

Мука пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый, Масло подсолнечное рафинированное, Дрожжи хлебопекарные, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Картофель продовольственный, Лук репчатый, Ванилин

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

Итого за Полдник кКал-351, Белки-13, Жиры-11, Угл-49

Итого за кКал-1 581, Белки-58, Жиры-63, Угл-215

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>		
50	Яйцо вареное	кКал-66, Белки-5, Жиры-5
150	Каша пшеничная рассыпчатая 1,5-3 <i>Крупа пшеничная, Масло сливочное</i>	кКал-178, Белки-7, Жиры-4, Угл-28
60	Икра кабачковая 3-7	кКал-58, Белки-1, Жиры-4, Угл-4
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-750, Белки-27, Жиры-37, Угл-75
<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 гречневый на м/к бульоне 3-7 <i>Картофель продовольственный, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Морковь столовая, Крупа гречневая, Соль пищевая</i>	кКал-134, Белки-3, Жиры-7, Угл-12
70	Птица тушеная в сметанном соусе 3-7 <i>Мясо сельскохозяйственной птицы охлажден., Соль пищевая, Сметана</i>	кКал-236, Белки-17, Жиры-18, Угл-1
150	Картофельное пюре 3-7 <i>Картофель продовольственный, Масло сливочное, Молоко питьевое, Соль пищевая</i>	кКал-160, Белки-3, Жиры-6, Угл-23
50	салат из горошка зеленого консервированного 3-7 <i>Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый</i>	кКал-46, 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-785, Белки-28, Жиры-34, Угл-84
<u>Полдник</u>		
150	Оладьи запеченные 3-7 <i>Дрожжи хлебопекарные, Масло подсолнечное рафинированное, Молоко питьевое, Мука пшеничная, Сахар белый, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль пищевая, Повидло фруктовое</i>	кКал-443, Белки-13, Жиры-14, Угл-66
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-555, Белки-19, Жиры-20, Угл-74
Итого за		кКал-2 149, Белки-75, Жиры-92, Угл-246



(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	Свекольник на бульоне 3-7 <i>Картофель продовольственный, Свекла столовая, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Паста томатная, Сметана, Соль пищевая</i>	кКал-153, Белки-3, Жиры-6, Угл-22
80	Гуляш мясной <i>Свинина мякоть, Лук репчатый, Паста томатная, Мука пшеничная</i>	кКал-227, Белки-15, Жиры-17, Угл-5
150	Макаронные изделия отварные 3-7 <i>Масло сливочное, Изделия макаронные</i>	кКал-207, Белки-6, Жиры-6, Угл-31
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 сушеных фруктов 3-7 <i>Сахар белый, Смеси сушеных фруктов</i>	кКал-67, Угл-18

Итого за Обед кКал-845, Белки-29, Жиры-32, Угл-109**Полдник**

150	Пудинг из творога 3-7г <i>Крупа манная, Масло сливочное, Сахар белый, Творог, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сметана, Мука пшеничная, Молоко питьевое</i>	кКал-331, Белки-24, Жиры-8, Угл-40
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

Итого за Полдник кКал-443, Белки-30, Жиры-14, Угл-48**Итого за** кКал-1 804, Белки-71, Жиры-66, Угл-231

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**

100	Сок 3-7	кКал-50, Белки-1, Угл-12
-----	----------------	--------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-50, Белки-1, Угл-12**Обед**

200	суп рыбный 3-7 <i>Минтай с/м без головы, Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Пшено, Соль пищевая</i>	кКал-136, Белки-16, Жиры-1, Угл-12
200	Запеканка картофельная с печеню 3-7 <i>Субпродукты пищевые круп.рогатого скота заморожен., Картофель продовольственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая</i>	кКал-189, Белки-5, Жиры-7, Угл-31
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 сушеных фруктов 3-7 <i>Сахар белый, Смеси сушеных фруктов</i>	кКал-67, Угл-18

Итого за Обед кКал-583, Белки-26, Жиры-11, Угл-94**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-1 332, Белки-46, Жиры-34, Угл-215

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	01.12.2023 13:57 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	01.12.2023 13:58 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа