

(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 **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 **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-678, Белки-18, Жиры-18, Угл-109

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-1 666, Белки-47, Жиры-50, Угл-254

Заведующий

Рыбкина О.Ю.

медицинская
сестра

Лачина Ю.В.



(Сад1)

Выход (г)	Наименование блюда	зн. 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, Говядина охлажденная

80 **Тефтели мясо-крупяные 3-7** кКал-157, Белки-9, Жиры-10, Угл-7

Лук репчатый, Масло сливочное, Рис, Говядина охлажденная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль пищевая, Сметана, Мука пшеничная

150 **Каша гречневая
рассыпчатая 3-7** кКал-128, Белки-4, Жиры-3, Угл-20

Крупа гречневая, Масло сливочное

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-642, Белки-20, Жиры-20, Угл-92

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-1 662, Белки-47, Жиры-61, Угл-229

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

50 **Икра кабачковая 3-7** кКал-48, 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** кКал-67, Угл-18

Сахар белый, Смеси сушеных фруктов

Итого за Обед кКал-631, Белки-24, Жиры-23, Угл-79

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-1 895, Белки-72, Жиры-79, Угл-224

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>		
100	Омлет натуральный 3-7 <i>Масло сливочное , Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ</i>	кКал-155, Белки-8, Жиры-13, Угл-2
40	салат из горошка зеленого консервированного 3-7 <i>Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый</i>	кКал-37, Белки-1, Жиры-2, Угл-3
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-427, Белки-13, Жиры-24, Угл-41
<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	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-811, Белки-35, Жиры-28, Угл-101
<u>Полдник</u>		
100	пирожок печеный с отварным мясом <i>Мука пшеничная, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сахар белый, Масло сливочное , Дрожжи хлебопекарные, Соль пищевая, Масло подсолнечное рафинированное, Говядина охлажденная, Лук репчатый</i>	кКал-336, Белки-14, Жиры-14, Угл-37
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-1 745, Белки-69, Жиры-69, Угл-216



(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 с рыбными фрикадельками** кКал-115, Белки-9, Жиры-3, Угл-14

Минтай с/м без головы, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Лук репчатый, Картофель продовольственный, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное, Паста томатная, Соль пищевая

80 **Оладьи из печени** кКал-152, Белки-14, Жиры-9, Угл-3

Субпродукты пищевые круп.рогатого скота заморожен., Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное

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

Картофель продовольственный, Масло сливочное, Молоко питьевое, Соль пищевая

60 **Винегрет 3-7** кКал-81, Белки-2, Жиры-3, Угл-11

Картофель продовольственный, Свекла столовая, Морковь столовая, Лук репчатый, Огурцы соленые, Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая

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-723, Белки-32, Жиры-21, Угл-99

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-1 517, Белки-51, Жиры-46, Угл-236

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	11.12.2023 14:40 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	11.12.2023 14:41 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа