

(Сад1)

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

Завтрак1

150	Каша гречневая рассыпчатая сладкая 3-7 <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Сахар белый</i>	кКал-170, Белки-5, Жиры-4, Угл-29
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-405, Белки-9, Жиры-13, Угл-65**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
75	Тефтели рыбные <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	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, Горох консервированный</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-649, Белки-18, Жиры-16, Угл-106**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
180	Кефир 3-7	кКал-101, Белки-5, Жиры-6, Угл-7

Итого за Полдник кКал-380, Белки-28, Жиры-18, Угл-27**Итого за** кКал-1 534, Белки-56, Жиры-47, Угл-222

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 **Суп молочный пшеничный 3-7** кКал-185, Белки-6, Жиры-7, Угл-24

Крупа пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый, Масло сливочное

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-688, Белки-20, Жиры-31, Угл-83

Завтрак2

100 **Бананы** Угл-27

Итого за Завтрак2 Угл-27

Обед

200 **суп картофельный с клецками 3-7** кКал-121, Белки-3, Жиры-4, Угл-24

Картофель продовольственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль пищевая, Говядина охлажденная

200 **Плов рисовый с мясом (курицей)3-7** кКал-359, Белки-17, Жиры-18, Угл-32

Говядина охлажденная, Рис, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло сливочное, Паста томатная, Масло подсолнечное рафинированное

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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

Яблоки свежие, Сахар белый, Слива

Итого за Обед кКал-732, Белки-25, Жиры-25, Угл-104

Полдник

100 **пирожок печеный с отварным мясом** кКал-336, Белки-14, Жиры-14, Угл-37

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

180 **Кефир 3-7** кКал-101, Белки-5, Жиры-6, Угл-7

Итого за Полдник кКал-437, Белки-19, Жиры-20, Угл-44

Итого за кКал-1 857, Белки-64, Жиры-76, Угл-258

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>		
110	Омлет натуральный 3-7 <i>Масло сливочное, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ</i>	кКал-170, Белки-9, Жиры-14, Угл-2
50	Икра кабачковая 3-7	кКал-48, Жиры-3, 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-453, Белки-13, Жиры-26, 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	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
200	Зразы картофельные с мясом <i>Картофель продовольственный, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Мясо сельскохозяйственной птицы охлажден., Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Сухари панировочные</i>	кКал-324, Белки-15, Жиры-18, Угл-29
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 сушеных фруктов 3-7 <i>Сахар белый, Смеси сушеных фруктов</i>	кКал-67, Угл-18
Итого за Обед		кКал-738, Белки-23, Жиры-27, Угл-102
<u>Полдник</u>		
150	Суп молочный с клецками 3-7 <i>Молоко питьевое, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло сливочное, Сахар белый</i>	кКал-141, Белки-5, Жиры-6, Угл-17
25	Печенье 3-7	кКал-101, Белки-3, Угл-18
180	Кефир 3-7	кКал-101, Белки-5, Жиры-6, Угл-7
Итого за Полдник		кКал-343, Белки-13, Жиры-12, Угл-42
Итого за		кКал-1 593, Белки-50, Жиры-66, Угл-198

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	Суп молочный с макаронными изделиями 3-7	кКал-187, Белки-7, Жиры-9, Угл-21
-----	-------------------------------------------------	-----------------------------------

Изделия макаронные, Масло сливочное, Молоко питьевое, 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-422, Белки-11, Жиры-18, Угл-57

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 крестьянский 3-7	кКал-133, Белки-3, Жиры-5, Угл-18
-----	-----------------------------	-----------------------------------

Картофель продовольственный, Пшено, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Соль пищевая, Капуста белокачанная, Сметана

200	Бигос со свиной 3--7	кКал-113, Белки-4, Жиры-4, Угл-548
-----	-----------------------------	------------------------------------

Свинина мякоть, Капуста белокачанная, Лук репчатый, Морковь столовая, Сахар белый, Масло сливочное, Соль пищевая, Паста томатная

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

Сахар белый, Смеси сушеных фруктов

Итого за Обед кКал-461, Белки-11, Жиры-9, Угл-614

Полдник

150	Сырники из творога запеченные 3-7	кКал-255, Белки-22, Жиры-6, Угл-30
-----	------------------------------------------	------------------------------------

Творог, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло подсолнечное рафинированное, Сахар белый, Сметана, Молоко питьевое, Крупа манная

180	Кефир 3-7	кКал-101, Белки-5, Жиры-6, Угл-7
-----	------------------	----------------------------------

Итого за Полдник кКал-356, Белки-27, Жиры-12, Угл-37

Итого за кКал-1 298, Белки-50, Жиры-40, Угл-721

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 рисовая молочная жидкая 3-7** кКал-222, Белки-6, Жиры-9, Угл-30

Рис, Масло сливочное, Молоко питьевое, 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-457, Белки-10, Жиры-18, 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

200 **Запеканка картофельная с печенью 3-7** кКал-189, Белки-5, Жиры-7, Угл-31

Субпродукты пищевые круп.рогатого скота заморожен., Картофель продовольственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло подсолнечное рафинированное, 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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

Яблоки свежие, Сахар белый, Слива

Итого за Обед кКал-594, Белки-20, Жиры-13, Угл-101

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-1 436, Белки-39, Жиры-39, Угл-238

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	15.12.2023 11:34 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	15.12.2023 11:35 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа