

(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

крупа рис круглый 0,7кг, Сахар белый 5-10 кг, Изюм, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Яблоки свежие

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

Чай черный, Сахар белый 5-10 кг

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 **Щи из свежей капусты с картофелем 3-7** кКал-172, Белки-9, Жиры-10, Угл-12

Картофель производственный, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Морковь столовая, Капуста белокочанная, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг, Томатная паста "Иранская" 1 кг

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 72,5% 0,2 кг, Масло подсолнечное рафинированное

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 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)

Итого за Обед кКал-669, Белки-37, Жиры-26, Угл-70

Полдник

45 **салат из моркови с яблоками с растительным маслом 3-7** кКал-49, Жиры-3, Угл-5

Морковь столовая, Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное

150 **Лапшевник с творогом 3-7** кКал-319, Белки-20, Жиры-14, Угл-25

Изделия макаронные, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Сметана 20 % 0,4 кг, Мука пшеничная, Молоко питьевое

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

Итого за Полдник кКал-480, Белки-26, Жиры-23, Угл-38

Итого за кКал-1 673, Белки-71, Жиры-62, Угл-203

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
130	Каша пшеничная рассыпчатая 1,5-3 <i>Крупа пшеничная светлая 0.7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	кКал-154, Белки-6, Жиры-3, Угл-25
60	Икра кабачковая 3-7	кКал-58, Белки-1, Жиры-4, Угл-4
72	Бутерброд с сыром 3-7 <i>Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19
200	Чай с молоком 3-7 <i>Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Чай черный</i>	кКал-174, Белки-6, Жиры-6, Угл-24
Итого за Завтрак1		кКал-726, Белки-26, Жиры-36, Угл-72
<u>Завтрак2</u>		
100	Бананы	Угл-27
Итого за Завтрак2		Угл-27
<u>Обед</u>		
200	Суп гречневый на м/к бульоне 3-7 <i>Картофель производственный, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Морковь столовая, Крупа гречневая Ядрица 0.7 кг, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	кКал-134, Белки-3, Жиры-7, Угл-12
200	Куриное рагу с картофелем 3-7 <i>Цыпята-бройлерные 1 катег. охлажденные, Картофель производственный, Лук репчатый, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Томатная паста "Иранская" 1 кг</i>	кКал-368, Белки-20, Жиры-20, Угл-28
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 5-10 кг, Слива</i>	кКал-61, Угл-15
Итого за Обед		кКал-754, Белки-28, Жиры-30, Угл-88
<u>Полдник</u>		
150	Оладьи запеченные 3-7 <i>Дрожжи хлебопекарные сухие, Масло подсолнечное рафинированное, Молоко питьевое, Мука пшеничная, Сахар белый 5-10 кг, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг, Повидло фруктовое в ассортименте ст./б 0,8 кг</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-2 035, Белки-73, Жиры-86, Угл-261



(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

крупа рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг

72 **Бутерброд с сыром 3-7** кКал-274, Белки-8, Жиры-18, Угл-19

Сыр 45-50% "Российский", Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

Чай черный, Сахар белый 5-10 кг

Итого за Завтрак1 кКал-547, Белки-14, Жиры-27, Угл-62

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 клецками 3-7** кКал-121, Белки-3, Жиры-4, Угл-24

Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Соль йодированная м/у 1 кг, Говядина охлажденная не более 20% в отрубе

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

Говядина охлажденная не более 20% в отрубе, Лук репчатый, Морковь столовая, Капуста белокачанная, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг

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

Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый

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 5-10 кг, Слива

Итого за Обед кКал-634, Белки-25, Жиры-25, Угл-79

Полдник

150 **Макароны с сахаром 3-7** кКал-192, Белки-5, Жиры-3, Угл-36

Изделия макаронные, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Соль йодированная м/у 1 кг

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

Итого за Полдник кКал-304, Белки-11, Жиры-9, Угл-44

Итого за кКал-1 544, Белки-51, Жиры-62, 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	Каша гречневая молочная жидкая 3-7 <i>Крупа гречневая Ядрица 0,7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг</i>	кКал-222, Белки-7, Жиры-10, Угл-25
55	Бутерброд с маслом 3-7 <i>Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23
200	Какао с молоком 1,5-3 <i>Какао-порошок, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг</i>	кКал-229, Белки-6, Жиры-6, Угл-39

Итого за Завтрак1 кКал-635, Белки-17, Жиры-25, Угл-87

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 производственный, Свекла столовая, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	кКал-153, Белки-3, Жиры-6, Угл-22
100	Гуляш мясной <i>Свинина мякоть, Лук репчатый, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Мука пшеничная</i>	кКал-284, Белки-19, Жиры-21, Угл-6
150	Каша пшеничная рассыпчатая 3-7 <i>Крупа пшеничная светлая 0,7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	кКал-209, Белки-7, Жиры-3, Угл-36
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 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	кКал-67, Угл-18

Итого за Обед кКал-904, Белки-34, Жиры-33, Угл-115

Полдник

100	Ватрушка 3-7 <i>Дрожжи хлебопекарные сухие, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Мука пшеничная, Сахар белый 5-10 кг, Соль йодированная м/у 1 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Ванилин</i>	кКал-441, Белки-19, Жиры-17, Угл-53
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8

Итого за Полдник кКал-553, Белки-25, Жиры-23, Угл-61

Итого за кКал-2 151, Белки-77, Жиры-82, Угл-276

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** кКал-174, Белки-6, Жиры-8, Угл-30

Крупа манная 0,7 кг, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг

55 **Бутерброд с маслом 3-7** кКал-184, Белки-4, Жиры-9, Угл-23

Батон нарезной 0,38, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг

200 **Чай сладкий 3-7** кКал-51, Угл-13

Чай черный, Сахар белый 5-10 кг

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** кКал-136, Белки-16, Жиры-1, Угл-12

Минтай с/м без головы, Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, крупа пшено шлифованное 0,7 кг, Соль йодированная м/у 1 кг

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

печень говяжья, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг

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

Картофель производственный, Свекла столовая, Морковь столовая, Лук репчатый, Огурцы соленые, Горох консервированный, Масло подсолнечное рафинированное, Соль йодированная м/у 1 кг

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 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)

Итого за Обед кКал-621, Белки-27, Жиры-11, Угл-102

Полдник

50 **Печенье 3-7** кКал-203, Белки-5, Жиры-1, Угл-36

150 **Кефир 3-7** кКал-84, Белки-4, Жиры-5, Угл-6

Итого за Полдник кКал-287, Белки-9, Жиры-6, Угл-42

Итого за кКал-1 367, Белки-47, Жиры-34, Угл-222

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	22.03.2024 13:49 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	22.03.2024 13:50 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа