

(Сад1)

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

Завтрак1

50	Яйцо вареное	кКал-66, Белки-5, Жиры-5
130	Каша пшеничная рассыпчатая 3-7 <i>Крупа пшеничная светлая 0,7 кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	кКал-181, Белки-6, Жиры-3, Угл-31
50	Икра кабачковая 3-7	кКал-48, Жиры-3, Угл-3
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	Чай сладкий 3-7 <i>Чай черный, Сахар белый 5-10 кг</i>	кКал-51, Угл-13

Итого за Завтрак1 кКал-530, Белки-15, Жиры-20, Угл-70**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 <i>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</i>	кКал-172, Белки-9, Жиры-10, Угл-12
60	Рыба, тушеная в сметане (ментай) <i>Минтай с/м без головы, Лук репчатый, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	кКал-105, Белки-10, Жиры-6, Угл-1
150	Картофельное пюре 3-7 <i>Картофель производственный, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Соль йодированная м/у 1 кг</i>	кКал-160, Белки-3, Жиры-6, Угл-23
60	салат из свежих помидоров и огурцов 3-7 <i>Огурцы свежие, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый, Помидоры свежие, Перец болгарский</i>	кКал-63, Белки-1, Жиры-6, Угл-2
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-715, Белки-27, Жиры-28, Угл-86**Полдник**

150	Запеканка рисовая с творогом <i>крупа рис круглый 0,7кг, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Сахар белый 5-10 кг, Творог 9% 200 гр, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло подсолнечное рафинированное, Сметана 20 % 0,4 кг</i>	кКал-374, Белки-20, Жиры-14, Угл-42
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-1 831, Белки-69, Жиры-68, Угл-230

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** кКал-222, Белки-7, Жиры-10, Угл-25

Крупа гречневая Ядрица 0,7 кг, 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 **Какао с молоком 3-7** кКал-229, Белки-6, Жиры-6, Угл-40

Какао-порошок, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг

Итого за Завтрак1 кКал-725, Белки-21, Жиры-34, Угл-84

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 макаронными изделиями 3-7** кКал-198, Белки-9, Жиры-9, Угл-20

Картофель производственный, Морковь столовая, Лук репчатый, Соль йодированная м/у 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Изделия макаронные

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

крупа рис круглый 0,7кг, Цыплята-бройлерные 1 катег.охлажденные, Морковь столовая, Лук репчатый, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное

60 **Икра из кабачков** кКал-54, Белки-1, Жиры-3, Угл-6

Масло подсолнечное рафинированное, Кабачки свежие, Лук репчатый, Морковь столовая, Томатная паста "Иранская" 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 свежих плодов 3-7** кКал-61, Угл-15

Яблоки свежие, Сахар белый 5-10 кг, Слива

Итого за Обед кКал-820, Белки-31, Жиры-30, Угл-103

Полдник

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

Мука пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Дрожжи хлебопекарные сухие, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Картофель производственный, 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-1 955, Белки-66, Жиры-76, Угл-249

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 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ</i>	кКал-155, Белки-8, Жиры-13, Угл-2
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	Чай сладкий 3-7 <i>Чай черный, Сахар белый 5-10 кг</i>	кКал-51, Угл-13
Итого за Завтрак1		кКал-390, Белки-12, Жиры-22, Угл-38
<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 картофельный с клецками 3-7 <i>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</i>	кКал-121, Белки-3, Жиры-4, Угл-24
80	Гуляш из говядины <i>Говядина охлажденная не более 20% в отрубе, Лук репчатый, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Мука пшеничная, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг</i>	кКал-284, Белки-19, Жиры-21, Угл-6
150	Макаронные изделия отварные 3-7 <i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, 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 5-10 кг, Сухофрукты (10кг)</i>	кКал-67, Угл-18
Итого за Обед		кКал-870, Белки-33, Жиры-34, Угл-112
<u>Полдник</u>		
150	Каша кукурузная молочная жидкая 3-7 <i>Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, Крупа кукурузная, Сахар белый 5-10 кг</i>	кКал-172, Белки-5, Жиры-8, Угл-21
25	Печенье 3-7	кКал-101, Белки-3, Угл-18
200	Кефир 3-7	кКал-112, Белки-6, Жиры-6, Угл-8
Итого за Полдник		кКал-385, Белки-14, Жиры-14, Угл-47
Итого за		кКал-1 704, Белки-60, Жиры-71, Угл-210



(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 72,5% 0,2 кг, Молоко питьевое, 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-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 картофельный с мясными фрикадельками 3-7** кКал-175, Белки-9, Жиры-7, Угл-18

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

200 **Жаркое по домашнему** кКал-274, Белки-16, Жиры-15, Угл-20

Говядина охлажденная не более 20% в отрубе, Свинина мякоть, Картофель производственный, Лук репчатый, Морковь столовая, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Соль йодированная му 1 кг

60 **салат из свежих помидоров и огурцов 3-7** кКал-63, Белки-1, Жиры-6, Угл-2

Огурцы свежие, Масло подсолнечное рафинированное, Лук репчатый, Помидоры свежие, Перец болгарский

40 **Огурец натуральный свежий 3-7** кКал-6, Угл-1

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-733, Белки-30, Жиры-28, Угл-89

Полдник

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

Творог 9% 200 гр, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Масло подсолнечное рафинированное, Сахар белый 5-10 кг, Сметана 20 % 0,4 кг, Молоко питьевое, Крупа манная 0.7 кг

50 **Соус сметанный сладкий** кКал-67, Белки-2, Жиры-3, Угл-4

Сметана 20 % 0,4 кг, Мука пшеничная, Молоко питьевое, Сахар белый 5-10 кг

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

Итого за Полдник кКал-434, Белки-30, Жиры-15, Угл-42



Итого за кКал-1 648, Белки-72, Жиры-62, Угл-201

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 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

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 **кофейный напиток с молоком** кКал-148, Белки-5, Жиры-5, Угл-22

Кофейный напиток, Сахар белый 5-10 кг, Молоко питьевое

Итого за Завтрак1 кКал-554, Белки-15, Жиры-23, Угл-75

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 производственный, Морковь столовая, Масло подсолнечное рафинированное, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Соль йодированная м/у 1 кг

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

печень говяжья, Мука пшеничная, Яйца куриные в скорлупе свежие РФ, Молоко питьевое, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг

150 **Капуста тушеная 3-7** кКал-111, Белки-4, Жиры-5, Угл-18

Капуста белокачанная, Морковь столовая, Томатная паста "Иранская" 1 кг, Масло подсолнечное рафинированное, Масло сливочное 72,5% 0,2 кг, Лук репчатый

60 **Огурец натуральный свежий 3-7** кКал-8, Угл-2

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 5-10 кг, Слива

Итого за Обед кКал-595, Белки-31, Жиры-17, Угл-82

Полдник

60 **Вафли 3-7** кКал-292, Белки-3, Жиры-14, Угл-40

150 **Молоко кипяченое 3-7** кКал-87, Белки-4, Жиры-5, Угл-7

Итого за Полдник кКал-379, Белки-7, Жиры-19, Угл-47

Итого за кКал-1 628, Белки-54, Жиры-59, Угл-228

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	7C17BA853845A9934FBF900BC3 20121D с 04.04.2024 08:56 по 28.06.2025 08:56 GMT+03:00	25.06.2024 12:56 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	7C17BA853845A9934FBF900BC3 20121D с 04.04.2024 08:56 по 28.06.2025 08:56 GMT+03:00	25.06.2024 12:58 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа