

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ
 "Преображенский детский сад "Малышок ""
 _____ З.В.Трубникова

Дет/Сад "Преображенский детский сад "Малышок "" (3 лет до 7 лет) Отд./корп день 04 8/26/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	88	каша вязкая манная молочная	200		196.00	6.22	8.30	24.36
	гор.напиток	248	какао с молоком	180		60.00	1.50	1.60	12.10
	хлеб	1	хлеб	30		116.00	2.31	5.19	14.63
				итого:	410		372.00	10.03	15.09
2 завтрак 10.00	сок	гп	яблоко	100		37.00	0.20	0.36	8.00
			итого:	100		37.00	0.20	0.36	8.00
Обед	1.блюдо	27	борщ с капустой свежей,с мясом и со сметаной	250		117.00	3.52	5.98	9.78
	2 блюдо	44	гуляш	50		206.00	7.50	9.50	3.09
	гарнир	195	макаронные изделия отварные с овощами	150		205.95	4.35	6.30	30.83
	напиток	241	компот из сухофруктов	200		107.00	0.55	0.00	26.12
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44
				итого:	680		695.95	17.39	22.08
полдник	к/продукт	257	напиток из шиповника	200		85.33	0.00	0.09	21.60
	выпечка	289	булочка творожная с изюмом	70		168.30	6.48	4.96	39.39
			итого:	270		253.63	6.48	5.05	60.99
ужин	1 блюдо	111	омлет с зеленым горошком	140		165.00	9.20	12.18	5.19
	напиток	264	чай с сахаром	200		43.00	0.00	0.00	11.98
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44
			итого:	910		775.26	23.63	22.58	152.59
			итого за весь день :	2370		2133.84	57.73	65.16	355.93

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ

"Преображенский детский сад "Малышок ""

З.В.Трубникова

Дет/Сад "Преображенский детский сад "Малышок "" (3 лет до 7 лет) Отд./корп день 5 8/27/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	44	суп молочный с макаронными изделиями	200		155.00	5.85	5.81	19.99
	гор.напиток	253	кофейный напиток с молоком	180		58.00	1.50	1.50	12.50
	хлеб	3	бутерброд с маслом и сыром	40		156.00	4.84	8.38	14.63
		209	яйцо отварное	40		63.00	5.10	4.60	0.30
			итого:	460		432.00	17.29	20.29	47.42
2 завтрак 10.00	сок	гп	яблоко	100		37.00	0.20	0.36	8.00
			итого:	100		37.00	0.20	0.36	8.00
Обед	1.блюдо	101	суп "харчо ",с мясом и сметаной	250		143.80	4.16	5.80	19.69
	2 блюдо	174	тефтели из говядины	70		150.50	8.98	9.49	7.31
	гарнир	206	картофельное пюре	150		142.00	3.05	5.24	18.06
	напиток	241	компот из сухофруктов	200		107.00	0.55	0.00	26.12
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44
		228	соус красный основной	50		31.00	0.69	1.95	3.09
			итого:	750		634.30	18.90	22.78	87.71
полдник	к/продукт	251	кефир	160		94.40	4.64	5.12	6.40
	кондитер	гп	пряник	24		14.58	0.20	0.12	3.24
			итого:	184		108.98	4.84	5.24	9.64
ужин	1 блюдо	139	рыба по польски	80		234.00	19.02	15.42	4.61
	напиток	200	чай с лимоном	180		47.00	0.04	0.00	12.13
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44

		итого:	290		341.00	20.53	15.72	30.18
		итого за весь день :	1784		1553.28	61.76	64.39	182.95

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ
 "Преображенский детский сад "Малышок ""
 _____ З.В.Трубникова

Дет/Сад "Преображенский детский сад "Малышок "" (3 лет до 7 лет) Отд./корп день 6 8/28/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	204	макароны отварные с сыром	150		259.00	7.88	8.83	35.88
	гор.напиток	30	чай без сахара	200		0.06	0.00	0.00	15.25
	кондит.	гп	конфета	150		115.20	1.80	0.60	25.20
	хлеб	1	хлеб с маслом	30		116.00	2.31	5.19	14.63
				итого:	530		490.26	11.99	14.62
2 завтрак 10.00	сок		сок яблочный	100		38.00	0.50	0.00	9.10
			итого:	100		38.00	0.50	0.00	9.10
Обед	1.блюдо	33	рассольник ленинградский,с мясом и со сметаной	250		145.00	4.10	7.16	20.93
	2 блюдо	206	картофельное пюре	150		142.00	3.05	5.24	18.06
	гарнир	151	голубцы ленивые	80		91.01	6.57	5.09	4.79
	напиток	233	кисель	200		60.00	0.00	0.00	18.00
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44
		228	соус красный основной	50		31.00	0.69	1.95	3.09
				итого:	710		529.01	15.88	19.74
полдник	к/продукт	251	кефир	160		94.40	4.64	5.12	6.40
	кондитер		вафли	24		14.58	0.14	0.12	3.34
			итого:	184		108.98	4.78	5.24	9.74
ужин	1 блюдо	157	картофельная запеканка с овощами и рыбой	170		261.00	16.07	9.29	21.15

напиток	248	какао с молоком	180		60.00	1.50	1.60	12.10
хлеб	256	бутерброд с джемом	4		92.00	2.32	0.24	20.08
		итого:	354		413.00	19.89	14.65	34.23
		итого за весь день :	1878		1579.25	53.04	54.25	222.34

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ
 "Преображенский детский сад "Малышок ""
 _____ З.В.Трубникова

Дет/Сад "Преображенский детский сад "Малышок "" (3 лет до 7 лет) Отд./корп день 7 8/29/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	173	каша молочная рисовая	200		212.00	5.91	8.35	28.63
	гор.напиток	253	кофейный напиток с молоком	180		58.00	1.50	1.50	12.50
	хлеб	3	бутерброд с маслом и сыром	40		156.00	4.84	8.38	14.63
				итого:	420		426.00	12.25	18.23
2 завтрак 10.00	фрукт	гп	банан	100		89.00	0.80	0.50	10.30
			итого:	100		89.00	0.80	0.50	10.30
Обед	1.блюдо	52	суп картофельный с макаронными изделиями	250		163.00	4.50	8.30	24.73
	2 блюдо	200	капуста тушеная с мясом говядины	250		159.00	3.82	8.02	15.60
	напиток	241	компот из сухофруктов	200		107.00	0.55	0.00	26.12
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44
				итого:	730		489.00	10.34	16.62
полдник	к/продукт	255	молоко кипяченое	200		108.00	5.80	5.00	9.60
	выпечка	274	сушка на сметане	70		182.30	5.25	11.37	29.07
			итого:	270		290.30	11.05	16.37	38.67
ужин	1 блюдо	157	картофельная запеканка с овощами и рыбой	170		261.00	16.07	9.29	21.15

напиток	200	чай с лимоном	180		47.00	0.04	0.00	12.13
хлеб	гп	хлеб пшеничный	20		40.00	3.00	0.20	8.90
		итого:	370		348.00	19.11	37.03	88.89
		итого за весь день :	1890		1642.30	53.55	88.75	273.51

УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МБДОУ
 "Преображенский детский сад "Малышок ""
 _____ З.В.Трубникова

Дет/Сад "Преображенский детский сад "Малышок "" (3 лет до 7 лет) Отд./корп день 8 8/30/2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	111	омлет с зеленым горошком	140		165.00	9.20	12.18	5.19
	гор.напиток	248	какао с молоком	180		60.00	1.50	1.60	12.10
	хлеб	3	бутерброд с маслом и сыром	40		156.00	4.84	8.38	14.63
				итого:	360		381.00	15.54	22.16
2 завтрак 10.00	сок		сок яблочный	100		38.00	0.50	0.00	9.10
			итого:	100		38.00	0.50	0.00	9.10
Обед	1.блюдо	37	суп картофельный с клецками ,с мясом птицы	250		19.09	5.20	6.65	19.09
	2 блюдо	161	котлеты,биточки,шницели из говядины	80		166.86	11.76	9.76	8.48
	гарнир	191	рис отварной с овощами	150		215.00	2.85	6.30	31.43
	напиток	233	кисель	200		60.00	0.00	0.00	18.00
	хлеб	ГП	хлеб пшеничный	30		60.00	1.47	0.30	13.44
		228	соус красный основной	50		31.00	0.69	1.95	3.09
				итого:	760		551.95	21.97	24.96
полдник	к/продукт	251	кефир	160		94.40	4.64	5.12	6.40
	кондитер		печенье	24		18.17	0.31	0.49	3.10
			итого:	184		112.57	4.95	5.61	9.50
ужин	1 блюдо	77	рагу из овощей	180		104.00	2.67	4.82	12.19
	напиток	261	чай с молоком	180		56.00	0.80	1.00	13.50
	хлеб	гп	хлеб пшеничный	20		40.00	3.00	0.20	8.90

		итого:	380	200.00	6.47	10.92	24.79	
		итого за весь день :	1784	1283.52	49.43	63.65	168.84	