

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-5890
 от 10.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
1. Понедельник						
Завтрак						
7.н123с-2 Каша овсяная на к/м	200	5,41	1,34	8,65	19,9	171,98
7.261 Батон с маслом	34	3,11	0,03	4,33	15,0	94,00
7.118/1 Чай с молоком	200	2,63	2,63	2,81	11,35	9076
10ч.						
7.031-1 Сок фруктовый	200	0,5			18,10	84,00
Обед						
7.н068-1 Борщ с мясом со сметаной	200	1,33	0,13	5,77	9,82	109,87
7.11/8 Гуляш из мяса говядина	100	14,74	11,5	15,2	4,67	283,90
7.н151-8 Макароны отварные	110	3,26	0,02	2,06	20,36	125,00
7.15/10/1 Напиток шиповника	200				21,63	91,77
7.002/1. Хлеб ржаной	40	2,52			17,02	73,00
7.050. Хлеб пшеничный	20	1,52			16,02	72,00
7.044. Соль	5					
Полдник						
7.18/5/8 Пудинг из творога с морковью	80	10,95		13,54	11,28	236,00
7.351. Сгущенное молоко	20	1,11	1,11	2,00	11,00	63,00
7.271 Кефир	150	4,49	4,49	4,99	6,14	84,80
7.11/12 Булочка с изюмом	60	4,00			10,02	173,00
Итого		55,57	16,76	56,54	236,58	1753,48

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-5800
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
2. Вторник						
Завтрак						
7.н132/2 Вермишель в молоке	200	5,83	3,24	8,57	21,96	193,62
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	19,36	157,08
7.13/10/1. Кофейный напиток на молоке	200	2,8	1,63	2,24	11,87	96,87
10ч.						
7.031-1. Сок фруктовый	180	1,0			18,10	82,00
Обед						
7.043с-1 Суп овощной с мясом со сметаной	200	1,36	0,13	5,75	8,15	84,28
7.6/7 Рыба в молочном соусе	50	14,11	14,77	4,31		103,79
7.45/3/3 Рис рассыпчатый	100	2,72		3,10	20,00	121,66
7.003/1 Хлеб ржаной 30 гр.	30	2,52			17,02	73,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	1,52		0,18	16,02	72,00
7.044 Соль	5					
7.078 Компот из изюма	200				18,38	75,47
Полдник						
7.308/6 Печенье	20	2,08		1,04	15,36	91,6
7.н119с Каша пшеничная молочная	180	4,13	3,16	5,43	16,52	134,80
7. 271 Йогурт питьевой	200	0,04			12,93	54,71
Итого		43,56	15,30	38,36	195,67	1350,79

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-5802
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
3. Среда						
Завтрак						
7.095 Каша кукурузная молочная с маслом	200	4,41	2,65	7,01	23,21	174,96
7.4/13 Батон с маслом с сыром 30/5/10	45	5,45	2,37	7,74	14,36	121,08
7.285 Какао с молоком	200	11,08	2,63	3,12	15,78	98,00
10ч.						
7.131 Яблоко	140	1,0		1,0	16,10	61,00
Обед						
7.274/3 Суп крестьянский со сметаной	200	4,81	0,14	8,40	9,53	139,80
7.н177 Мясо-картофельные котлеты	80	12,48	12,01	11,54	3,5	185,27
7.н76с/2 Капуста тушеная	130	2,93	0,02	5,82	12,93	114,76
7.002 Хлеб ржаной	40	2,52			17,02	73,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	1,52			16,00	71,00
7.115/1 Компот	200				12,71	39,06
Полдник						
7.038/1 Омлет натуральный 100гр.	100	5,78	5,78	9,09	2,79	130,00
7.63с-1/2 Картофель отварной 100гр.	100	2,18		2,23	17,2	96,00
7.118/1 Чай с молоком	200	2,63		2,81	13,35	106,00
Итого		66,65	25,60	58,76	174,48	1409,93

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ-детский сад №373

Носова К.А.Носова

Приказ № *01-5800*

от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
4. Четверг						
Завтрак						
7.н124сКаша пшеничная молочная	200	4,53	2,65	6,67	20,99	182,22
7.261 Батон с маслом	34	3,11	0,03	5,33	16,36	102,00
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,63	2,82	11,87	94,87
10ч.						
7.131 Яблоко	140	1,0		1,0	16,10	61,00
Обед						
7.н060 Суп с макаронами на к/б	180	1,95		3,16	9,37	121,54
7.190-1с/3 Гуляш из мяса курицы	80	10,03	4,01	10,69	3,05	156,74
7.64с Пюре картофельное	150	4,09	0,03	4,19	22,46	146,00
7.017/3 Зелёный горошек	60	1,49		2,0	2,71	26,00
7.002/1 Хлеб ржаной	40	2,98			17,00	73,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			10,02	71,00
7.110 Компот из кураги	200	1,00			23,00	96,00
Полдник						
7.38/3/1 Запеканка морковная	130	3,84	0,09	4,75	15,23	117,21
7.351/1Сгущенное молоко	20	1,11	1,11	5,31	6,00	66,15
7.075 Кефир	150	3,63	2,63	5,00	11,00	66,15
7.8/12 Сдоба обыкновенная	60	5,00		6,00	36,00	241,00
Итого		48,08	13,18	56,92	221,16	1639,73

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ-
детский сад №373
Носова К.А.Носова
Приказ № *01-5800*
от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
5. Пятница						
Завтрак						
7.н026 Каша греча и рис молочная	200	5,34	3,27	7,72	23,36	199,55
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	15,36	130,08
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	6,78	72,00
10ч.						
7.202 Апельсин	140	0,88		0,2	10,09	39,2
Обед						
7.037с Рассольник с мясом со сметаной	200	4,43	0,81	5,89	14,00	139,00
7.н191 Тефтели мясные	80	12,56		10,81	6,00	191,00
7.15/3/3 Свекла тушенная в сметане	100	2,54	0,28	5,53	17,51	125,20
7.028 Компот из чернослива	200				14,93	62,82
7.002/1 Хлеб ржаной	20	1,98			12,54	59,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	13,02	61,00
Полдник						
7.н039-5 Запеканка творожная	100	12,39	12,83	16,83	9,36	275,00
7.351 Сгущенное молоко	20	1,11	1,11	1,31	11,6	68,00
7.10/10/1 Чай с сахаром	180				8,81	35,00
Итого		51,28	23,30	59,15	163,36	1456,85

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-0800
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
6. Понедельник						
Завтрак						
7.н123с-2 Каша овсяная на к/м	200	5,83	3,24	8,57	19,95	167,00
7.261 Батон с маслом	35	2,11	0,03	4,33	14,36	91,40
7.118/1 Чай с молоком	200	2,63	2,63	2,81	13,35	95,76
10ч.						
7.031-1 Сок	200	1,0			18,10	84,00
Обед						
7.057/1 Салат из моркови с маслом	60	0,78		2,46	6,78	46,52
7.н068-1 Борщ с фасолью с мясом со сметаной	250	2,95	4,3	3,16	12,,00	81,40
7.11/8/1 Гуляш из мяса говядина	80	10,38	6,71	9,74	5,52	155,00
7.н076/2 Каша гречневая рассыпчатая	120	5,29	0,02	4,81	32,58	124,72
7.15/10/1 Напиток шиповника	180	0,55		0,01	22,77	53,06
7.002/1 Хлеб ржаной	20	1,98			13,54	57,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	2,52			13,02	61,00
Полдник						
7.н140с/5 Пудинг творожный с изюмом	100	12,17		15,17	13,54	264,32
7.185 Повидло	20				13,31	50,40
7.148/1 Шанежка с картофелем	80	5,34	1,28	6,96	25,95	202,89
7.075-1 Кефир	150	4,75	4,75	5,43	6,96	80,05
Итого		58,28	18,66	63,45	231,73	1614,66

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-5800
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
7. Вторник						
Завтрак						
7.127 Каша пшеничная молочная	200	5,94	3,24	7,94	23,68	200,16
7.261 Батон с маслом	34	2,00	2,37	4,70	14,00	92,08
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,03	3,24	12,89	102,00
10ч.						
7.031-1 Сок	200	1,00			26,00	120,00
Обед						
7.н086-2 Суп гороховый со сметаной с мясом	200	10,00	3,90	9,48	14,69	189,89
7.355 Тефтели рыбные	80	22,27	11,53	8,46	7,21	211,00
7.43-2/3/3 Макароны отварные с сыром	100	5,26	3,02	7,06	20,36	182,00
7.078 Компот из изюма	200				12,71	53,06
7.002/1 Хлеб ржаной	20	1,98			13,54	57,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			13,02	61,00
Полдник						
7.н038 Омлет натуральный	80	5,78	5,78	9,09	2,79	226,13
7.33/1 Салат картофельный с морской капустой	60	1,44		5,00	8,57	91,61
7.271 Кисломоло.продукт	200	2,63	2,63	2,81	13,35	95,76
Итого		63,02	34,50	57,69	182,81	1567,69

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А. Носова
 Приказ № 01-5800
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
8. Среда						
Завтрак						
7.162/1 Каша рисовая молочная	200	4,53	2,65	6,67	20,99	188,22
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	18,36	163,08
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	15,78	93,00
10ч.						
7.131 Яблоко	140	0,42		0,42	12,46	47,52
Обед						
7.043с-1 Суп овощной с мясом со сметаной	200	6,00	0,13	9,00	6,13	146,00
7,н104/1Тефтели мясные*Ёжики*	70	8,55	8,55	4,28	1,97	167,23
7.133 Салат свекольный с соленым огурцом	60	0,83		9,00	6,34	81,00
7.110 Компот из кураги	200				15,00	62,00
7.002 Хлеб ржаной	30	2,98			17,00	72,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	3,00		0,18	17,00	72,00
		15,05	8,68	12,03	57,71	478,9
Полдник						
7.н132/2 Макароны изделия в молоке	180	4,13	3,16	9,00	17,00	177,00
7.308/6 Печенье	20	2,08		1,04	15,36	91,6
7.10/10/1 Чай	180				8,00	35,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	3,00		0,18	10,02	80,00
Итого		47,50	19,49	56,93	190,42	1508,42

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А.Носова
 Приказ № 01-5800
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
9. Четверг						
Завтрак						
7.261 Батон с маслом	34	2,45		4,04	15,03	93,00
7.н066-2 Каша манная молочная	200	4,59	2,65	6,62	18,00	138,02
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,63	2,82	14,00	103,00
10ч						
7.131 Яблоко	140	0,42		0,42	16,46	63,52
Обед						
7.111 Суп с клецками на к/б	250	2,03	0,48	2,00	15,04	97,05
7.н350 Бигус с мясом куры	230	22,03	20,00	8,00	14,04	225,00
7.115/1 Компот из сухофруктов	200	0,55		0,01	22,77	94,81
7.002/1 Хлеб ржаной	30	2,52			17,02	73,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			16,02	71,00
Полдник						
7.38/3 Запеканка морковная	100	4,54	0,28	5,53	17,51	128,00
7.351 Сгущенка	20	1,08		2,00	11,00	61,00
7.270/1/0 Биойогурт	100	4,00		5,00	6,00	84,00
7.148/1 Шанежка с картофелем	80	6,00		6,00	37,02	249,00
Итого		54,53	30,00	42,02	202,40	1480,40

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-580Р
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
10. Пятница						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	15,00	143,08
7.н119с Каша пшеничная молочная	200	5,24	2,65	7,14	22,46	206,00
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	12,78	98,00
10ч.						
7.202 Апельсин	140	0,88		0,02	10,09	39,2
Обед						
7.425/1 Салат из капусты со сладкой кукурузой	60	1,18		3,13	8,05	61,55
7.274/2 Суп крестьянский с мясом со сметаной	250	7,00	4,14	9,00	14,00	181,00
7.н163 Котлета мясная	80	15,00	12,01	13,81	3,66	218,00
7.64с Картофельное пюре	150	3,96	0,55	3,91	23,97	162,00
7.115/1 Компот из сухофруктов	200	0,28			18,93	77,82
7.002/1 Хлеб ржаной	20	1,98			15,00	65,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			13,00	71,00
Полдник						
7.н039-5 Запеканка творожная	100	12,83	12,39	18,00	10,39	296,00
7.185 Повидло	20				8,6	35,00
7.10/10/1 Чай	180				8,80	35,00
Итого		58,40	36,74	65,87	186,24	1690,65

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А.Носова
 Приказ № 01-5800
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
11. Понедельник						
Завтрак						
7.261 Батон с маслом	34	2,11	0,03	4,00	14,00	94,00
7.н125с Каша ячневая на к/м с маслом	200	5,12	3,24	5,44	20,96	165,00
7.118/1 Чай с молоком	200	4,00	2,63	3,81	12,35	102,00
10ч.						
7.031-1 Сок	180	1,00			19,10	89,00
Обед						
7.195/1 Суп картофельный с зел. горошком с мясом со сметаной	250	7,00	3,76	8,02	9,00	155,00
7.22/1 Салат из отварной свеклы с морской капустой	60	1,03		3,06	5,33	47,66
7.н191 Тефтели мясные паровые	70	12,00	10,00	11,00	5,00	185,00
7.45/3/3 Рис рассыпчатый	100					
7.15/10/1 Напиток шиповника	180				16,00	69,00
7.002/1 Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	13,54	71,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			10,02	43,00
Полдник						
7.н121 Лапшевник с творогом	150	12,26	11,21	16,45	17,54	295,00
7.351 Сгущенка	20	1,47	1,47	1,74	11,47	66,00
7.148/1 Шанежка с картофелем	80	6,14	1,07	6,24	37,07	221,86
7. 271 Кефир	170	4,75	4,75	5,43	9,96	80,05
Итого		60,38	38,16	65,19	201,34	1683,65

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
 К.А.Носова
 Приказ № 01-5700
 от 11.01.2021



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
12. Вторник						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,11	3,03	8,33	15,36	137,4
7.н132/2 Макаaronные изделия в молоке	180	6,32	3,27	7,95	27,76	216,69
7.067 Кофейный напиток на молоке 200		2,2	2,03	2,24	17,89	111,18
10ч.						
7.031-1 Сок	180	1,0			19,01	90,00
Обед						
7.109/1 Салат из моркови с изюмом	60	0,77		2,45	12,92	69,0
7.037с Рассольник с мясом со сметаной	200	1,81	0,14	6,49	14,53	124,85
7.6/7 Рыба отварная в молочном соусе	100	20,00	14,66	5,96		149,98
7.64с Пюре картофельное	150	2,93	0,02	4,82	21,93	146,00
7.110 Компот из кураги	200	0,55		0,01	22,77	94,81
7.002/1 Хлеб ржаной	30	1,98			13,54	71,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			10,02	61,00
Полдник						
7.н080-1 Каша гречневая молочная	180	4,13	3,16	5,43	13,52	128,00
7.308/6 Печенье	20	2,08		1,04	15,36	91,6
7.271 Кефир	100	0,04			8,00	35,00
Итого		50,40	26,31	44,72	212,61	1526,51

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ-
детский сад №373
Косов К.А. Носова
Приказ № *01-5800*
от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
13. Среда						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,04	19,0	153,00
7.127 Каша пшеничная молочная с маслом	200	5,94	3,24	7,94	23,68	201,0
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	13,78	103,00
10ч.						
7.131 Яблоко	140	0,42		0,42	16,0	63,00
Обед						
7.043с-1/1 Суп овощной с мясом со сметаной	200	15,36	0,13	7,8	7,15	144,00
7.н191 Тефтели мясные паровые	80	12,17	11,44	11,17	5,61	226,00
7.147 Свекла тушенная в сметанном соусе	130	3,54	0,28	3,89	19,51	139,20
7.115/1 Компот	200	0,49			18,71	76,46
7.002/1 Хлеб ржаной	30	2,98		0,36	12,54	71,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,02	74,00
Полдник						
7.н046 Капуста в омлете	150	6,85	8,78	10,3	7,19	152,11
7.10/10/1 Чай с сахаром	180				8,00	35,3
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,02	47,00
Итого		52,72	28,77	52,4	183,21	1485,07

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ-
детский сад №373

Носова К.А.Носова

Приказ № *01-2800*

от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
14. Четверг						
Завтрак						
7.261 Батон с маслом	45	3,11	0,03	5,33	21,36	118,4
7.н066-2 Каша манная	180	4,91	3,17	6,14	20,43	172,04
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,63	2,83	12,87	103,87
10ч.						
7.131 Яблоко	140	0,42		0,42	16,46	65,90
Обед						
7.55с/1 Суп геркулесовый на к\б со сметаной	200	1,94	0,14	3,99	16,0	113,8
7.н114 Котлета куриная	80	15,03	14,01	6,69	4,05	182,74
7.н76с Капуста тушеная	150	3,09	0,03	5,19	14,46	111,0
7.078 Компот из изюма	200	0,49			18,71	76,46
7.002/1 Хлеб ржаной	30	2,98		0,36	12,54	71,03
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,02	74,0
Полдник						
7.38/3/1 Морковная запеканка	100	3,54	0,28	5,53	17,51	125,2
7.351 Сгущенка	20	1,0		2,03	13,31	66,0
7.8/12 Сдоба домашняя	80	4,72	0,92	6,07	36,99	243,0
7.075 Кефир	150	2,63	2,63	5,81	7,0	97,76
Итого		48,18	56,66	50,57	227,71	1621,47

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А. Носова
 Приказ № *01-5800*
 от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
15. Пятница						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	3,63	2,37	7,74	21,36	163,08
7.н119с Каша пшеничная молочная	200	5,24	2,65	7,14	22,46	206,00
7.285 Какао с молоком	200	3,08	1,63	3,12	14,78	119,00
10ч.						
7.012 Апельсин	150	0,95			11,82	49,0
Обед						
7.415 Салат из морской капусты	60	1,03		3,06	5,33	47,66
7.423 Суп рыбный с крупой	150	11,0		5,8	14,65	168,98
7.н070 Жаркое по-домашнему с мясом говядина	230	16,67	7,53	23,0	25,0	346,0
7.115/1 Компот	200				14,93	62,82
7.003 Хлеб ржаной	30	2,98		0,36	12,54	71,0
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,02	74,0
Полдник						
7.н039-5 Творожная запеканка	100	12,83	3,17	24,0	10,36	367,00
7.185 Повидло	20				9,6	38,15
7.118/1 Чай с молоком	200	2,63		2,81	13,35	106,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,02	74,00
Итого		63,08	17,35	77,39	195,68	1892,69

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А. Носова
 Приказ № *01-5800*
 от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
16. Понедельник						
Завтрак						
7.261 Батон с маслом	34	3,11	0,03	3,33	14,36	114,4
7.н123с-2 Каша овсяная на конц. молоке с маслом	200	5,83		8,57	19,95	187,62
7.118/1 Чай с молоком	200	2,63	2,63	2,81	13,35	95,76
10ч.						
7.031-1 Сок фруктовый	200	1,0			19,10	86,0
Обед						
7.288 Салат из помидор	60	0,75		3,13	3,29	42,04
7.043с-1 Суп овощной с мясом со сметаной	200	4,33	0,13	6,88	5,82	120,00
7.н191 Тефтели мясные	80	15,00	11,44	14,17	5,61	229,00
7.43-2/3/3 Макароны отварные с сыром	100	4,26	0,02	3,06	19,36	132,89
7.15/10/1 Напиток шиповника	200	0,32			14,00	59,00
7.002/1 Хлеб ржаной	30	2,98			15,54	71,0
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			16,00	72,00
Полдник						
7.н140с/5 Пудинг творожный с изюмом	100	11,17		12,17	11,54	241,00
7.351 Сгущенное молоко	20	1,11	1,11	1,31	11,6	68,00
7.150/4 Ватрушка с повидлом	60	5,05	1,2	7,05	27,74	236,63
7.271 Кефир	100	2,63	2,63	5,43	6,96	95,05
Итого		61,37	19,19	67,80	204,22	1958,55

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А. Носова
 Приказ № *01-373/2021*
 от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
17. Вторник						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	19,36	157,08
7.н132/2 Вермишель в молоке	200	5,45	2,37	7,74	22,36	188,08
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	2,8	1,63	2,82	11,87	96,87
10ч.						
7.031-1 Сок	200	0,50			17,10	81,00
Обед						
7.6/1 Салат капустный с растительным маслом	60	1,03		3,06	5,33	47,66
7.н068-1 Борщ с мясом фасолью сметаной	200	1,33	0,13	6,77	9,82	63,87
7.355 Биточки рыбные	80	15,00	0,14	2,10	3,75	136,03
7.н076 Греча рассыпчатая	130	2,98		4,00	18,54	121,30
7.003 Хлеб ржаной	40	2,52			17,02	73,00
7.115/1 Компот	200				13,00	39,00
Полдник						
7.162/1 Каша рисовая молочная	180	4,13	3,16	5,43	18,52	159,00
7.308/6 Печенье	20	2,08		1,04	15,36	91,6
7.271 Йогурт	200				15,93	26,00
Итого		43,27	9,8	40,7	187,96	1401,62

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Косова К.А.Носова
 Приказ № *01-2800*
 от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
18. Среда						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	17,36	143,08
7.н043 Каша ячневая молочная	200	4,53	2,65	6,67	22,99	178,22
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	13,78	99,94
10ч.						
7.131 Яблоко	140				15,00	56,0
Обед						
7.274/2 Суп крестьянский с мясом со сметаной	250	3,81	0,14	5,49	14,53	172,00
7.288 Салат из помидор	60	0,75		3,13	16,00	43,04
7.061 Бигус с мясом	200	14,66	18,32	8,11	16,00	2,36,22
7.110 Компот из кураги	200				18,77	78,81
7.003 Хлеб ржаной	40	2,52			17,02	73,00
7.144 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,00	72,00
Полдник						
7.123/1 Омлет с зеленым горошком	150	10,85	8,78	15,3	4,19	199,11
7.10/10/1 Чай	200	2,63		2,81	13,35	106,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	16,00	72,00
Итого		51,32	34,98	52,73	188,28	1529,42

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ **ДЕТСКИЙ САД №373**
Носова К.А. Носова
 Приказ № *01-5800*
 от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
19. Четверг						
Завтрак						
7.261 Батон с маслом	34	3,11	0,03	4,33	17,39	105,00
7.095 Каша кукурузная молочная	200	5,94	3,24	7,94	23,68	168,16
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,63	2,82	13,87	104,87
10ч.						
7.278 Фрукты	140	0,88		0,2	10,09	67,00
Обед						
7.282 Свекольник на бульоне со сметаной	200	2,43	0,81	3,89	13,3	100,44
7.367-2 Огурец консервированный	50	1,05		9,88	6,00	103,00
7.н070-2 Жаркое с мясом куры	230	28,00	20,55	30,91	28,97	550,00
7.078 Компот из изюма	200				13,00	63,00
7. 002/1 Хлеб ржаной	20	1,98			12,54	68,00
7.050 Хлеб пшеничный	15	1,52			13,02	61,00
Полдник						
4.39/3 Морковная запеканка	100	4,80	0,09	5,75	17,00	131,00
7.150/2 Ватрушка с повидлом	70	6,70	0,92	4,07	46,99	274,00
7.075 Кефир	150	3,63	23,63	4,81	6,00	85,00
Итого		62,84	31,90	74,57	221,85	2325,56

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ-
 детский сад №373
Носова К.А.Носова
 Приказ № *01-5800*
 от *11.01.2021*



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
20. Пятница						
Завтрак						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	10,00	17,00	174,00
7.н119с Каша пшеничная молочная	200	5,24	2,65	10,00	22,46	222,00
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	15,78	103,00
10ч.						
7.131 Фрукты	140	1,00		1,00	16,00	63,00
Обед						
7.31/1 Салат картофельный с огурцом солёным	60	1,00		5,00	6,79	86,04
7.н086-2 Суп гороховый с мясом	200	8,00	5,00	5,48	15,69	159,00
7.н104/1 Тефтели мясные*Ёжики*	70	14,00	12,00	13,43	5,00	210,18
7.028 Компот из чернослива	200				16,00	65,00
7.002/1 Хлеб ржаной	30				15,00	67,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	2,00			15,00	46,2
Полдник						
7.14/5 Запеканка из творога с рисом	100	14,18	13,0	22,00	14,2	312,00
7.185 Повидло	20				15,00	58,0
7.10/10/1 Чай	200	2,63	2,63	2,81	14,00	97,00
Итого		56,58	42,28	72,84	187,92	1662,42