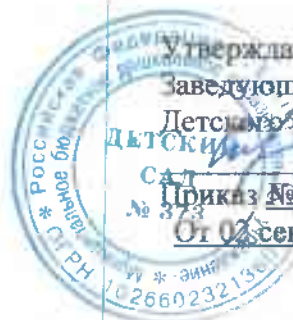


САД (от 3 до 7 лет)



Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>1. Понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.8/4 Каша овсяная молочая	200	5,41	1,34	8,65	22,9	196,98
7.261 Батон с маслом	34	3,11	0,03	4,33	15,0	102,00
7.1/6/7 Яйцо отварное	27	3,0		3,0		62,0
7.067 Кофе с молоком	200	2,63	2,63	2,81	11,35	90,76
<b>10ч.</b>	<b>461</b>					<b>451,74</b>
7.031-1 Сок фруктовый	200	0,5			18,10	84,00
<b>Обед</b>						
7.3/2/2 Борщ с фасолью со сметаной	200	1,33	0,13	3,77	7,82	78,87
7.11/8 Гуляш из мяса говядина	100	14,74	11,5	15,2	4,67	239,90
7.н151-8 Макароны отварные	110	3,26	0,02	2,06	30,36	232,12
7.15/10/1 Напиток шиновника	200				16,63	65,77
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					
	<b>670</b>					<b>76166</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.22/2/2 Суп молочный с крупой	180	3,0		4,0	12,28	105,00
7.308/6 Печенье	20	1,11	1,11	2,00	15,00	93,00
7.10/10/1 Чай	180				8,0	35,0
<b>Итого</b>						<b>233,0</b>
<b>Итого</b>		<b>45,57</b>	<b>16,76</b>	<b>43,54</b>	<b>177,58</b>	<b>1530,40</b>



САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>2. Вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.9/5/2 Запеканка творожная	150	13,83	12,24	17,57	9,96	173,62
7.351 Сгущенка	20	1,0	1,0	2,0	11,0	66,0
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	5,45	2,37	7,74	19,36	129,08
7.13/10/1. Кофейный напиток на молоке	200	2,8	1,63	2,24	11,87	90,87
<b>10ч.</b>	<b>365</b>					<b>460,57</b>
7.031-1. Сок фруктовый	180	1,0			18,10	82,00
<b>Обед</b>						
7.043с-1 Суп овощной с мясом со сметаной	200	5,36	5,13	5,75	6,15	84,28
7.14/7 Суфле из рыбы	80	14,11	14,77	4,31	5,0	144,79
7.64с Пюре картофельное	100	2,72	3,0	4,10	22,00	146,66
7.003/1 Хлеб ржаной 30 гр.	30	2,52	12,34	17,57	17,02	73,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	1,52	7,0	0,18	16,02	72,00
7.044 Соль	5					
7.110 Компот из кураги	200	2,8	1,63	2,24	18,38	78,47
	<b>630</b>					<b>599,20</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.11/12 Булочка с изюмом	60	6,08	3,0	3,04	33,36	197,6
7.н119с Каша пшеничная молочная	180	6,13	3,16	7,43	25,52	212,80
7. 342 Кефир	200	0,04			12,93	68,71
<b>Итого</b>						<b>479,11</b>
<b>Итого</b>		<b>43,56</b>	<b>15,30</b>	<b>38,36</b>	<b>195,67</b>	<b>1620,88</b>

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ -  
Детского сада №373

Е.В.Старикова  
Приказ № 77-2 ОД  
От 02 сентября 2024г.



САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>3. Среда</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.4/6/6 Картофель в омлете	150	8,41	7,65	8,01	13,21	191,60
7.4/13 Батон с маслом с сыром 30/5/10	45	5,45	2,37	7,74	14,36	130,08
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	15,78	114,00
<b>10ч.</b>	<b>275</b>					<b>435,68</b>
7.131 Яблоко	140	1,0		1,0	16,10	61,00
<b>Обед</b>						
7.274 Суп крестьянский со сметаной	200	8,2	0,14	8,7	11,53	169,22
7.061 Бигус с мясом	230	22,48	12,01	9,54	15,5	218,15
7.291 Салат и огурцов свежих	60	0,3	0,0	2,4	1,3	32,58
7.002 Хлеб ржаной	40	2,52			17,02	73,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	1,52			16,00	72,00
7.115/1 Компот	200	1,00	0,0	3,0	16,71	76,06
	730					641,01
<b>Подник уплотнённый</b>						
7.095 Каша кукурузная молочная	200	4,78	5,78	7,09	23,79	186,00
7.308 Печенье	20	2,18		2,23	17,2	96,00
7.10/10/1 Чай	200	2,63		2,81	13,35	35,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52	0,0	3,0	16,71	76,06
<b>Итого</b>						<b>393,06</b>
<b>Итого</b>		<b>66,65</b>	<b>25,60</b>	<b>58,76</b>	<b>174,48</b>	<b>1530,75</b>

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ-  
 Детского сада №373  
 Е.В. Старикова  
 Приказ № 77-2-ОД  
 От 02 сентября 2024г.

САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>4. Четверг</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.н124с Каша 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	118,87
<b>10ч.</b>						<b>403,09</b>
7.131 Яблоко	140	1,0		1,0	16,10	56,00
<b>Обед</b>						
7.н060 Суп с макаронами на к/б	200	1,95		3,16	17,37	115,54
7.190-1с/3 Гуляш из мяса курицы	80	10,03	4,01	10,69	3,05	156,74
7.64с-1/2 Картофель отварной	100	2,09	0,03	3,19	17,46	106,00
7.017/3 Зелёный горошек	25	1,49		2,0	1,71	10,00
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			19,00	78,00
						<b>610,08</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.22/2/2 Суп молочный с крупой	180	3,84	0,09	4,75	12,23	117,21
7.087 Чай с лимоном	180	1,11			12,00	52,15
7.8/12 Сдоба обыкновенная	60	5,00		6,00	8,00	214,00
<b>Итого</b>						<b>383,36</b>
<b>Итого</b>		<b>48,08</b>	<b>13,18</b>	<b>56,92</b>	<b>221,16</b>	<b>1452,73</b>



САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>5. Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.975/2 Запеканка творожная	150	12,34	3,27	16,72	9,36	264,55
7.185 Повидло	20				10,0	40,0
7.261 Батон с маслом	45	5,45	2,37	7,74	15,36	110,08
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	6,78	72,00
<b>10ч.</b>						<b>486,6</b>
7.202 Апельсин	140	0,88		0,2	10,09	39,2
<b>Обед</b>						
7.143/1 Салат из свеклы с чесноком	45	1,0	1,0	4,0	5,0	63,0
7.037с Рассольник с мясом со сметаной	200	4,43	0,81	5,89	14,00	139,00
7.249 Печень по строгановский	80	12,56		5,81	1,00	119,00
7.н151-8 Макароны отварные	100	4,54	0,28	7,53	30,51	214,20
7.028 Компот из чернослива	200				14,93	58,82
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
						714,02
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.н026 Каша «Дружба» греча с рисом	200	6,39	5,83	8,83	28,36	217,00
7.10/10/1 Чай с сахаром	180				8,81	35,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	2,52			13,02	61,0
<b>Итого</b>		<b>4,43</b>	<b>0,81</b>	<b>5,89</b>	<b>14,00</b>	<b>313,0</b>
<b>Итого</b>		<b>51,28</b>	<b>23,30</b>	<b>59,15</b>	<b>163,36</b>	<b>1553,82</b>



САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>6. Понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.8/4 Каша овсяная молочная с маслом	200	3,83	3,24	7,57	19,95	164,00
7.261 Батон с маслом	35	2,11	0,03	4,33	14,36	91,40
7.1/6/4 Яйцо отварное	22	4,0	4,0	3,0		52,0
7.118/1 Чай с молоком	200	2,63	2,63	2,81	13,35	97,76
10ч.						405,16
7.057/1 Салат из моркови с сахаром	60	1,0		2,0	8,10	53,00
<b>Обед</b>						
7.н068/1 Борщ с фасолью на мясном бульоне со сметаной	200	2,95	2,3	3,16	9,00	75,40
7.4/8 Плов из мяса говядина	250	14,38	6,71	19,74	22,52	344,00
7.15/10/1 Напиток шиповника	180	0,55		0,01	11,77	47,06
7.002/1 Хлеб ржаной	20	1,98			13,54	57,00
7.050 Хлеб пшеничный 20гр.	20	2,52			13,02	61,00
		2,81	2,63	2,81	13,35	584,46
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.43-2/3/3 Макароны изделия отварные с сыром	100	5,17	5,0	5,17	23,54	170,32
7.308/6 Печенье	20	4,34	1,28	2,96	29,95	175,89
7.075-1 Кефир	150	2,75	2,75	5,43	6,96	54,05
<b>Итого</b>						400,26
<b>Итого</b>		58,28	18,66	63,45	231,73	1442,88

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ-  
 Детского сада №373  
 Е.В. Старикова  
 Приказ № 77-2 ОД  
 От 02 сентября 2024г.

САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>7. Вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.9/5/2 Запеканка творожная	150	13,0	3,24	19,0	11,0	303,0
7.261 Батон с маслом	34	3,0	2,37	4,0	118,0	110,0
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,03	3,0	14,0	108,00
<b>10ч.</b>						<b>521,0</b>
7.031-1 Сок	200	1,00			26,00	120,00
<b>Обед</b>						
7.н086-2 Суп гороховый со сметаной с мясом	200	8,0	3,90	9,00	16,0	196,0
7.425/1 Салат из капусты с кукурузой	60	1,0	1,0	3,0	8,0	62,0
7.355 Биточки рыбные	80	17,0	11,53	8,,0	7,0	179,0
7.н076/2 Греча рассыпчатая	100	3,0	3,02	5,0	7,0	141,0
7.078 Компот из изюма	200	3,0	2,37	4,0	118,0	64,0
7.003 Хлеб ржаной	40	3,0		1,0	18,0	80,0
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52	2,03	3,0	5,0	72,00
						<b>794,0</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.127 Каша пшеничная молочная	200	6,0	8,0	8,0	26,0	222,0
7.8/12 Сдоба обыкновенная	60	5,0	4,0	4,0	34,0	212,00
7.087 Чай с лимоном	180	1,11	0,0	0,0	8,0	52,15
<b>Итого</b>						<b>486,15</b>
<b>Итого</b>						<b>1821,15</b>

80 17,0 11,53 8,0 7,0



САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>8. Среда</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.н038 Омлет натуральный	80	6,0	2,65	9,0	2,0	127,00
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
<b>10ч.</b>						
7.131 Яблоко	140	0,42		0,42	12,46	47,52
<b>Обед</b>						
7.043с-1 Суп овощной с мясом со сметаной	200	5,00	0,13	7,00	6,13	117,0
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	В т.ч. животного происхождения	2,00	6,34	41,00
7.110 Компот из кураги	200				15,00	62,00
7.64с Картофельное пюре	100	2,98	2,37	4,0	22,00	150,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	3,00	2,63	0,18	17,00	72,00
		15,05	8,68	12,03	57,71	478,9
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.162/1 Каша рисовая молочная	200	4,13	3,16	7,00	26,00	200,00
7.308/6 Печенье	20	2,08	1,17	1,04	15,36	91,6
7.10/10/1 Чай	180				8,00	35,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,00		0,18	10,02	35,00
						361,6
<b>Итого</b>		<b>47,50</b>	<b>19,49</b>	<b>56,93</b>	<b>190,42</b>	<b>1508,42</b>





САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>9. Четверг</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	4,0		7,0	15,0	129,00
4.39/3 Запеканка морковная	100	3,0		5,0	16,00	115,02
7.351 Сгущенка	20	1,08		2,00	11,00	61,00
7.067 Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,63	2,82	13,00	103,00
<b>10ч</b>						<b>408,02</b>
7.131 Яблоко	140				12,0	48,0
<b>Обед</b>						
7.111 Суп с клецками на к/б	250	2,03	0,48	2,00	15,04	124,05
7.н350 Бигус с мясом кури	230	19,03	20,00	21,00	14,04	347,00
7.115/1 Компот из сухофруктов	200	4,0		0,01	5,77	26,81
7.002/1 Хлеб ржаной	30	2,52		5,0	17,02	73,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52		2,00	10,02	47,00
						<b>617,86</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.н066-2 Каша манная молочная	180	6,54	0,28	6,53	25,51	195,00
7.270/1/0 Биоюгурт	100	4,00		5,00	6,00	84,00
7.148/1 Шанежка с картофелем	80	6,00		7,00	37,02	261,00
						<b>540,0</b>
<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>54,53</b>	<b>30,00</b>	<b>58,02</b>	<b>211,40</b>	<b>1613,88</b>



САД (от 3 до 7 лет)

Наименование блюда	Объем порций, г.	Белки, г.		Жиры, г.	Углеводы, г.	Калорийность, ккал
		всего	В т.ч. животного происхождения			
<b>10. Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.4/13 Батон с маслом с сыром	45	4,45	2,37	7,74	18,00	138,08
7.н039-5 Запеканка творожная	100	13,24	2,65	17,14	10,46	278,00
7.185 Повидло	20				8,6	35,00
7.285 Какао с молоком	200	3,08	2,63	3,12	12,78	98,00
<b>10ч.</b>						<b>549,08</b>
7.202 Апельсин	140	0,88		0,02	10,09	39,2
<b>Обед</b>						
7.274/2 Суп крестьянский с мясом со сметаной	250	6,00	4,14	7,00	13,00	149,00
7.089 Суфле из печени	80	17,00	12,01	9,81	3,66	181,00
7.64с -1/2 Картофель отварной	100	2,0	0,55	6,0	17,0	142,00
7.115/1 Компот из сухофруктов	200				13,0	58,0
7.002/1 Хлеб ржаной	40	1,98			15,00	91,00
7.050 Хлеб пшеничный	20	1,52			13,00	61,00
						<b>540,0</b>
<b>Полдник уплотнённый</b>						
7.н119с Каша пшеничная молочная	200	6,0	3,0	9,00	24,0	223,00
7.10/1 Салат из моркови	60	2,0	2,0	4,0	14,0	89,00
7.10/10/1 Чай	180				8,80	35,00
						<b>347,0</b>
<b>Итого</b>		<b>62,40</b>	<b>36,74</b>	<b>64,87</b>	<b>195,24</b>	<b>1475,28</b>