

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 8								
Завтрак	Каша кукурузная	150	200	5,6	3,6	30	176	
	батон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Масло	5	5	0,02	33,6	0,03	33,05	
	Какао с молоком	180	180	3,12	3,39	16,81	107	
Итого за завтрак		355	410	28,76	40,81	59,41	377,8	
Второй завтрак	Фрукт	100	100	1,1	0	14,7	62	
Итого за второй завтрак		100	100	1,1	0	14,7	62	
Обед	Огурец соленый, нарезка	20	25	0,39	1,2	3,42	25,2	
	Суп гороховый	200	200	1,76	4,24	12,96	96,8	
	Жаркое с птицей	120	140	14,75	13,03	35,05	319	
	Компот из сухофруктов	180	180	0,46	00	22,46	91,61	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за обед		590	625	22,96	17,4	108,01	673,81	
Полдник	Ватрушка с творогом	70	70	3,87	4,32	24,4	162	
	Цикорий с молоком	180	180	5,6	6,4	9,4	116	
Итого за полдник		250	250	9,47	10,72	33,8	278	
Итого за день		1295	1385	62,29	68,93	215,92	1391,61	

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

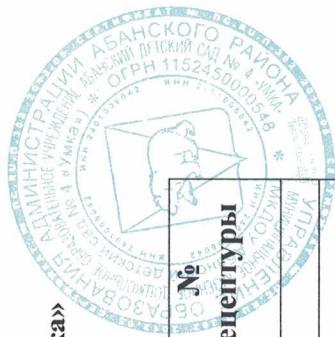


Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 6								
Завтрак	Каша ячневая	150	200	4,8	12	47,6	326	
	батон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Масло	5	5	0,02	33,6	0,03	33,5	
	Какао с молоком	180	180	3,12	3,39	16,81	107	
Итого за завтрак		355	410	30,22	18,55	77,22	534,84	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,30	0,15	15,15	69	
Итого за второй завтрак		100	100	0,30	0,15	15,15	69	
Обед	Салат свекла чеснок	40	45	0,62	3,41	3,41	48,75	
	Суп гороховый	200	200	4,96	4,48	17,84	133,6	
	Капуста тушеная с мясом	150	170	3,2	6,2	10,14	109,5	
	Компот из сухофруктов	180	180	0,46	00	22,46	91,61	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за обед		640	675	18,82	28,64	89,52	688,41	
Полдник	Суп молочный вермишелевый	120	150	13,9	16,1	35,9	405,56	
	Кисель	180	180	0	0	32,23	122,55	
	Кондитерское изделия	20	30	0,57	0,76	13,30	55,21	
Итого за полдник		320	360	14,47	16,86	81,43	583,33	
Итого за день		1414	1525	63,81	64,2	263,32	1875,58	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 9								
Завтрак	Суп молочный рисовый	150	200	5,6	6,32	19,76	112,8	
	Багон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Чай с молоком	180	180	1,6	1,6	17,3	87	
	Масло	5	5	0,02	33,6	0,03	33,05	
	Сыр	8	12					
Итого за завтрак		355	410	27,24	41,74	49,66	294,6	
Второй завтрак	Фрукт	100	100	0,5		27,6	110	
Итого за второй завтрак		100	100	0,5		27,6	110	
	Салат (морковь с чесноком)	40	45	0,62	3,41	3,41	48,75	
Обед	Суп с фрикадельками	200/15	200/15	1,6	5,07	8,04	83,33	
	Тефтели рыбные	40	50	6,5	4,4	7,6	98	
	Картофельное пюре	100	100	2,1	5,5	14,5	126	
	Кисель клубничный	180	180			32,23	122,55	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Соус молочный	20	20	20,7	1,09	0,98	26	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за обед		665	690	36,72	20,27	105,92	681,03	
Полдник	Омлет	75	80	5,4	6,17	21,3	167	
	Чай	180	180			13,97	53	
	Хлеб	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за полдник		275	280	7,28	6,145	55,19	305,6	
Итого за день		1395	1480	71,74	68,155	238,37	1390,63	

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 1								
Завтрак	Каша Дружба	150	200	4,92	5,88	26,387	177,33	
	Батон с маслом	25	30	2	3,9	14,62	108	
	Какао с молоком	180	180	1,2	1,3	14,55	77	
Итого за завтрак		355	410	8,12	11,08	55,557	362,33	
Второй завтрак	Фрукт	100	100	0,2	-	19,6	94	
Итого за второй завтрак		100	100	0,2	-	19,6	94	
Обед	Салат (кукуруза,лук)	40	45	0,12	0,05	1,13	6,3	
	Щи со сметаной	200/6	200/6	2,95	4,8	6,87	94,49	
	Гуляш в том сметанном соусе	25/20	40/20	5,25	6,65	2,16	144,2	
	Гречка	80	100	3	4,27	14,6	175,33	
	Кисель клубничный	180	180	00	0	29,22	110,50	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за обед		621	671	16,76	16,57	93,14	707,22	
Полдник	Манник	70	80	5,15	9,86	28,88	186,9	
	Чай Цветочный	180	180			13,97	53	
Итого за полдник		250	260	5,15	9,86	42,85	239,9	
Итого за день		1326	1441	30,23	37,51	211,147	1403,45	



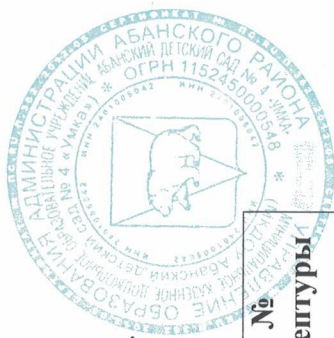
Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 4								
Завтрак	Каша пшеничная	150	200	33	8,9	25,49	207,38	
	Багон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Повидло	20	20	1,2	3,1	21	118	
	Кофе с молоком	180	180	3,30	3,45	16,93	106	
Итого за завтрак		370	425	57,52	15,67	75,99	493,13	
Второй завтрак	Фрукты	100	100	0,33	0,27	8,82	40,19	
Итого за второй завтрак		100	100	0,33	0,27	8,82	40,19	
	Салат (Соленый огурец, зел.горошек, лук)	40	45	0,54	3,15	3,33	43,65	
	Суп гороховый	200	200	4,96	4,48	17,84	133,6	
	Биточки мясные	35	50	7,95	7,2	8	130,5	
	Компот из сухофруктов	180	180	0,46	00	22,46	91,61	
Обед	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
	Рожки	80	100	3,56	4,64	20,97	135,33	
	Соус томатный	20	20	0,35	1,25	2,02	20,70	
Итого за обед		625	675	23,02	21,52	113,78	731,79	
Полдник	Омлет	75	80	10,02	12,15	2,03	156,09	
	Чай	180	180	00	00	13,97	53	
	Хлеб пшеничный	20	20	3,32	0,52	19,24	90,8	
Итого за полдник		275	280	13,34	12,67	47,91	299,89	
Итого за день		1370	1480	94,21	50,13	246,5	1565	

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

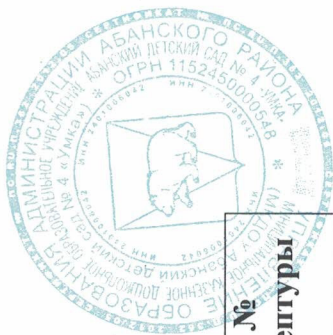


Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 7								
Завтрак	Каша пшеничная	150	200	8,8	10	50,12	334	
	Багон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Масло, сыр	5/8	5/12	2,28	2,94	0,24	40,09	
	Кофе с молоком	180	180	3,30	3,45	16,93	106	
Итого за завтрак		363	422	33,32	16,77	100,62	619,75	
Второй завтрак	Кисло молочный продукт	150	150	6	12	8,2	169	
Итого за второй завтрак		150	150	6	12	8,2	169	
Обед	Икра кабачковая	40	45	0,54	3,15	3,33	43,65	
	Щи со сметаной	200/6	200/6	1,6	3,44	8	70,4	
	Тефтели мясные	45	60	7,95	7,2	8	130,5	
	Гречка	80	100	5,6	7,2	27,5	202	
	Кисель апельсиновый	180	180	0	0	32,23	122,55	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
	Соус томатный	20	20	0,35	1,25	2,02	20,70	
Итого за обед		641	691	21,24	23,04	120,24	766,2	
Полдник	Ленивые вареники со стущенкой	80	90	14	11,3	14	219	
	Напиток лимонный	180	180	0,2		25,85	98,2	
Итого за полдник		260	270	14,2	11,3	39,85	317,2	
Итого за день		1414	1533	74,76	63,11	268,91	1872,15	



Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 10								
Завтрак	Каша манная	150	200	6,2	8,05	31,09	22,02	
	Батон	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
	Масло	5	5	0,02	33,6	0,03	33,05	
	Кофе с молоком	180	180	3,30	3,45	16,93	106	
Итого за завтрак		355	405	11,4	45,38	67,97	246,67	
Второй завтрак	Фрукт	100	100	2,8	1,04	40,95	187	
Итого за второй завтрак		100	100	2,8	1,04	40,95	187	
Обед	Икра кабачковая	40	45	1,13	4,56	4,09	64	
	Свекольник	200/5	200/5	4,15	6,04	19,67	144	
	Бефстроганов	30/20	40/20	8,74	11,8	1,84	148	
	Рожки	80	100	5,33	4,59	38,4	206,07	
	Компот	180	180	0,46	00	22,46	91,61	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за обед		625	670	25,01	27,79	125,62	830,08	
Полдник	Корж	70	70	6,15	7,26	24,64	202,9	
	Молоко	150	150	0,2		25,85	98,2	
Итого за полдник		220	220	6,35	7,26	50,49	301,1	
Итого за день		1300	1395	45,56	81,47	285,03	1564,85	



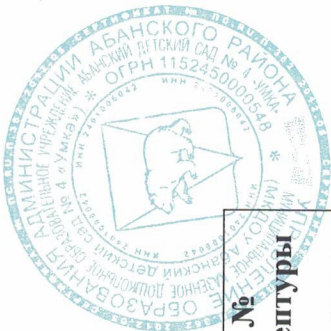
Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 5								
Завтрак	Каша гречневая	150	200	6,55	8,33	35	246,17	
	Батон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Масло	5	5	0,02	33,6	0,03	33,05	
	Чай с молоком	180	180	1,6	1,6	17,3	87	
Итого за завтрак		355	410	28,19	43,75	64,9	427,97	
Второй завтрак	Фрукты	100	100	1,1		14,7	62	
Итого за второй завтрак		100	100	1,1		14,7	62	
Обед	Салат (морковь с изюмом)	40	45	0,53	2,29	6,29	47,25	
	Борщ со сметаной	200/6	200/6	2,82	4,79	7,83	93,69	
	Печень по строгановских	60	80	8,74	11,80	1,84	148	
	Картофельное пюре	100	100	2,1	5,5	14,5	126	
	Кисель черной смородины	180	180	0	0	32,23	122,55	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
Итого за обед		656	691	19,39	25,18	101,85	713,89	
Полдник	Макаронны с сыром	85	100	5,05	9,63	33,52	177,7	
	Чай	180	180			13,97	53	
Итого за полдник		290	280	5,05	9,63	47,49	230,7	
Итого за день		1401	1481	53,73	77,81	228,94	1434,56	

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 2 Завтрак	Каша манная	150	200	4,81	5,6	23,33	161,33	
	Батон с маслом, сыр	33	40	4,28	6,84	14,86	148,09	
Итого за завтрак	Кофе с молоком	180	180	3,30	3,45	16,93	106	
	Кисло молочный продукт	363	420	12,39	15,89	55,12	415,42	
Второй завтрак		150	150	4,36	4,8	6	88,5	
Итого за второй завтрак		150	150	4,36	4,8	6	88,5	
Обед	Салат (свекла, зел.горошек)	40	45	0,62	3,41	3,41	48,75	
	Суп Волна со сметаной	200/6	200/6	4,23	2,34	10,86	83,73	
	Рыба с овощами	35/20	50/20	4,79	2,48	21,66	50,63	
	Картофельное пюре	100	100	2,03	3,49	12,04	94,67	
	Компот из сухофруктов	180	180	0,5	0	23,51	96,03	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
Итого за обед	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
		651	681	17,37	12,52	110,64	550,21	
Полдник								
	Ленивые вареники со сгущенным молоком	80	90	12,91	15,19	17,88	262	
	Сок фруктовый	100	100	0,30	0,15	15,15	69	
Итого за полдник		180	190	13,21	15,34	33	331	
Итого за день		1344	1441	47,33	48,55	204,76	1385,13	





Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение Абанский детский сад № 4 «Умка»

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)			Энергетич. ценность	№ рецептуры
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы		
День 3								
Завтрак	Каша геркулесовая	150	200	5,8	6,2	27,72	206,63	
	Батон	20	25	20,02	0,22	12,57	61,75	
	Масло	5	5	0,02	33,6	0,03	33,05	
	Какао с молоком	180	180	3,12	3,39	16,81	107	
Итого за завтрак		355	410	29,49	46,11	64,41	442,9	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,30	0,15	15,15	69	
Итого за второй завтрак		100	100	0,30	0,15	15,15	69	
	Икра кабачковая	40	45	0,34	2,52	1,58	28	
	Рассольник	200/6	200/6	3,28	4,8	16,76	116,11	
	Плов	120	140	11,24	9,53	23,16	224	
	Хлеб ржаной	20	20	1,88	0,28	19,92	85,6	
	Хлеб пшеничный	50	60	3,32	0,52	19,24	90,8	
	Кисель персиковый	180	180	0,00	0,00	32,23	122,55	
Итого за обед		616	651	21,83	21,42	116,06	729,28	
Полдник	Булочка домашняя	70	70	5,80	6,48	36,6	243,00	
	Цикорий с молоком	180	180	5,6	6,4	9,4	116	
Итого за полдник		250	250	11,4	12,88	46	359	
Итого за день		1321	1411	63,02	80,56	241,62	1600,18	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597605

Владелец Бочарова Ирина Ивановна

Действителен с 01.03.2023 по 29.02.2024