

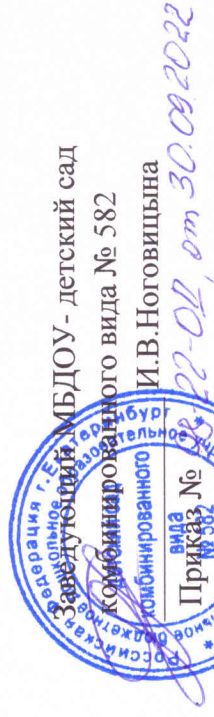
УТВЕРЖДАЮ



Первый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	У			
Завтрак: 8.00-08.30	Каша молочная ячневая с маслом слив.	200	4,94	6,44	24,2		218,76		7.043
	Батон с маслом слив.	33	2,37	6,17	15,12		127,10		7.н035/3
	Кофейный напиток с молоком	180	3,14	3,21	9,5		77,80		4.13/10
	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10		46,00		7.031/1
Обед: 12.00-12.30	Итого		9,65	14,59	57,20		469,66		
	Салат из морской капусты с морковкой и яйцом с раст. маслом	60	2,25	15,18	6,92		101,48		7.19/1
	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200	0,01	0,027	0,056		46,35		7.264
	Котлета из мяса	80	21,0	19,17	0,37		286,43		7.н163/5
	Макаронные изд.отварные	150	1,95	3,21	9,29		72,51		7.н76с
	Компот из сухофруктов	200	0,14	0,00	9,47		38,90	5,0	7.115
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	8,4		36,2		7/002
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68		67,17		8.103
Полдник: 15.00-15.30	Итого		31,29	38,39	51,19		649,04		
	Пудинг из творога	100	11,69	16,78	21,58		312,18		4.17/5
	Джем	15	0,04	0,00	6,95		26,50		7.1/1/9
	Напиток Витошка	200	0,01	0,00	7,96		35,00		4.18/10
	Итого		11,98	16,78	60,04		480,00		
	Итого		52,92	69,78	168,43		1598,70		

УТВЕРЖДАЮ



Второй день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	5,3	7,14	23,14	182,14		4,8/4
	Батон масло, с сыром	45	2,37	6,17	15,12	127,1		7.027
	Какао с молоком	200	0	0	11,8	44,3		4.14/10
	Сок	100	0,50	0,10	10,1	46,00		7.031
10 ч:	Итого		8,17	13,41	70,5	399,54		
Обед:12.00-12.30	Салат из белокочан. капусты с морковью и раст.маслом	50	0,95	2,1	6,08	37,4		7.5/1/4
	Рассольник со сметаной	200	1,5	4,18	7,18	75,74		7.9/2/4
	Печень по -строгановски	100	20,1	22,8	22,1	369,4		7./9/8/1
	Картофельное пюре	130	3,93	2,32	27,28	154,75		7.64с
	Компот из кураги и изюма	200	0,5	0,04	17,1	77,82	7.5	7.4/10/4
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7.002
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103/1
	Итого		28,64	32,22	78,8	663,73		
Полдник:15.00-15.30	Рагу из овощей	130	3,14	5,06	21,78	133,08		7.180-2
	Хлеб пшеничный	15	8,35	10,88	27,55	266,61		7.144
	Чай с молоком	180	0,24	0	10,91	45,00		7.118
	Итого		11,73	15,94	71,5	444,69		
Итого за 2 день			61,3	61,57	220,80	1507,96		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицына

Приказ №

822-ОД, от 30.09.2022

Третий день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-8.30	Каша манная молочная с маслом	200	4,78	4,58	25,58	165,01		7.5/4/4
	Багон с маслом , с сыром	45	4,74	8,37	15,12	158,66		7.357/4
	Чай с сахаром	180	4,34	4,72	11,81	105,31		7.354/4
10 ч:	Свежие фрукты	100	0,35	0,35	10,38	39,6		7.346
	Итого		9,6	14,17	45,56	468,58		
Обед:12.00-12.30	Салат из отварного картофеля,моркови с раст. маслами реп. луком и сол.огурцом	50	0,62	3,72	4,49	55,37		7.30/1/1
	Щи с свежей капусты со сметаной	200	1,95	3,48	11,21	146,88		4.6/2
	Ленивые голубцы	180	17,06	11,7	11,79	223,2		8.31/8
	Напиток из шиповника	180	0,24	0	10,91	45,00	7.5	4.15/10
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7.002
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8,103
	Итого		25,81	15,98	64,55	690,27		
	Ватрушка с повидлом	80	6,19	3,28	47,93	248,43		7.150
	Кефир	180	0,00	0,00	8,59	36,5		4.79/1
Итого за 3 день	Итого		7,56	5,78	73,07	377,71		
			51,54	54,32	270,17	1536,56		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицына

Приказ № 9-42-02, от 30.09.2022

Четвертый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-8.30	Каша пшенная молоч. со слив.маслом	200	4,8	5,81	14,13	227,76		4.11/4
	Батон масло, сыр	45	4,74	4,72	15,12	158,66		7.027
	Кофейный напиток с молоком	180	1,84	1,88	7,78	61,42		4.13/10
	Свежие фрукты	110	0,35	0,35	10,38	39,6		4/19/10
	Итого		11,73	12,76	47,41	487,44		
Обед: 12.00-12.30	Суп лапша на курином бульоне	200	1,76	3,06	12,17	88,95		4.20/2
	Суфле из мяса кур(паровое)	80	16,9	17,43	3,61	278,72		7.8/9
	Рис., припущенный с овощами	130	2,95	5,73	23,38	185,50		7.179
	Кукуруза консервированная	60	0,61	2,1	2,9	28,09		7.375
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,1	77,82	7.5	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7.002
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103/1
	Итого		28,35	27,10	83,31	762,45		
Полдник: 15.00-15.30	Рыба с овощами в омлете	130	12,88	6,67	2,4	153,37		7.н016/3
	Чай с лимоном	180	3,4	3,65	13,7	87,10		7.087
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,0		7.144
	Итого		23,88	11,21	66,20	294,47		
Итого за 4 день			63,96	51,07	196,92	1544,36		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицына

Приказ № 92-ОД, от 30.09.2022

Пятый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-8.30	Каша рисовая молочная с маслом слив.	200	5,36	6,46	23,08	154,62		7.162
	Батон с маслом слив. сыр.	45	4,74	4,72	15,12	158,66		7.н035/3
	Какао с молоком	180	4,35	4,75	15,87	126,66		8.14/10
	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,1	46,00		7.031/1
10 ч:	Итого		14,95	16,03	64,17	485,94		
Обед: 12.00-12.30	Салат из свежей моркови с раст. маслом	50	0,9	3,4	6,8	52,2		7.057
	Борщ со сметаной	200	1,65	3,08	6,57	128,54		7.2/2/4
	Азу	230	14,9	13,8	22,8	267,7		7.152
	Компот из чернослива и изюма	200	0,34	0	23,42	96,38	7,5	7.5/10
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103
Итого	Итого		24,05	26,56	88,1	648,19		
Полдник: 15.00-15.30	Пудинг манный с яблоками	150	19,00	23,90	25,00	205,00		7.79/5/1
	Бойогурт	150	3,00	3,00	19,00	113,00		7.270/1/5
	Итого		23,9	27,75	49,44	367,15		
Итого за 5 день	Итого		62,9	70,34	201,71	1501,28		



Шестой день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша пшеничная молочная с маслом слив.	200	5.97	5.26	30.73	201.10		4.11/4
	Батон с маслом	45	4.74	8.37	15.12	158.66		7.035/9
	Какао с молоком	180	4.35	4.75	15.87	126.66		4.14/10
	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,0		7.033/2
10 ч:	Итого		11.86	16.56	52.04	532.42		
Обед: 12.00-12.30	Салат из отварной свеклы морской капусты и раст.маслом	50	0,44	2,99	1,38	35,24		7.22/1/1
	Рассольник со сметаной	200	7.01	7.09	12.86	147.59		74.9/2
	Гуляш из отварного мяса	100	9,05	9,88	2,9	151,5		7.12/8/3
	Макаронные изд.отварные	150	3,93	2,32	27,28	154,75		7.н151-2
	Компот из кураги и изюма	200	0.16	0	9,63	39,52	7.5	7.4/10/4
	Хлеб ржаной	20	3.3	0.54	9.47	36.2		7.002
	Хлеб пшеничный	30	25.64	0.26	16.68	67.17		8.103/1
	Итого		50.47	27.51	89.39	631,98		
Полдник: 15.00-15.30	Омлет натуральный	80	14,01	7,6	4,57	186,3		7.н038/1
	Хлеб пшеничный	15	4,8	2,8	77,72	82,5		7.144
	Чай с лимоном	200	0,02	0	6,02	25,46		7.118
	Итого		18.83	10,4	88.31	294.26		
Итого за 2 день			81.16	54.47	229.74	1458,65		



Седьмой день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Суп молочный с лапшой и с маслом	200	5,29	5,96	15,6	137,69		7.н132
	Батон масло, с сыром	45	4,74	8,37	15,12	158,66		7.027
	Кофейный напиток с молоком	180	4,35	4,75	15,87	126,66		4.13/10
	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,0		7.031
Обед: 12.00-12.30	Итого		14,4	18,5	66	537,60		
	Огурец консервированный	50	1,24	7,44	8,98	110,74		7.367
	Суп рыбный с крупой	200	6,83	2,32	10,4	110,10		7.423
	Суфле из печени	80	13,7	12,5	4,74	184,6		7.н089
	Картофельное пюре	150	2,8	4	12,3	84,7		7.64с
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0	18,7	68,8	7,5	7.115
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	12,5	49		7.002
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	10	41,6		8.103/1
Полдник: 15.00-15.30	Итого	710	28,4	19,6	75,8	572,00		
	Рагу из овощей	130	8,35	7,57	12,77	149,47		7.180-2
	Зефир	25	1,15	0,13	7,5	31,18		7.155-2
	Кисель Витошка	180	3,4	3,65	13,7	105,31		4.17/10
Итого за 7 день	Итого	270	9,6	10,4	44,4	285,96		
		1585	52,4	48,5	186	1395,56		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицына

Приказ № 98-22-ОД, от 30.09.2022

Восьмой день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша кукурузная молочная с маслом	200	4,22	6,66	22,5	164,3		7.095
	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	9,5	77,80		4.13/10
	Батон с маслом, с сыром	45	4,74	8,37	15,12	158,66		7.357/4
	Свежие фрукты	100	0,35	0,35	10,38	39,6		7.346
	Итого		12,45	18,59	57,5	440,36		
Обед: 12.00-12.30	Суп из крестьянский сметаной	200	1,56	5,46	9,58	100,32		7.264
	Бигус с мясом	230	11,7	11,1	16,7	236,3		7.061
	Салат из свежей моркови с раст. маслом	50	1,12	7,6	3,5	128,57		7.057
	Напиток из шиповника	200	0,42	0,00	20,7	77,00	7.5	7.15/10/4
Полдник:	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	25,64	0,26	16,68	67,17		8.103
	Итого		43,74	24,96	76,63	645,56		
	Запеканка из творога с изюмом	150	19,2	23,9	25,0	390		4.11/5
Итого за 8 день	Стушенное молоко для запеканок	20	1,5	1,7	11,5	59		7.351
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,04	45,8		7.087
	Итого		22,82	2,74	63,90	586,40		
			79,01	46,29	198,03	1672,32		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицина

Приказ № 30.09.2022

Девятый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша молочная ассорти (пшенично - кукурузная)	200	2,75	3,19	14,32	155,39		7.19/4/4
	Батон с повидлом (джем)	50	2,6	1,00	26,32	118,33		7.035/8
	Чай с сахаром	180	0,03	0	9,03	34,4		7.354/4
	Свежие фрукты	100	0,5	0,5	14,5	60,7		4.19/10
10 ч:	Итого		5,88	4,69	64,17	368,82		
Обед: 12.00-12.30	Суп фасолевый на курином бульоне	200	8,34	2,2	23,4	138,1		4.32/2
	Плов из мяса куры	230	17,4	16,3	26,7	311,7		4.4/9
	Салат из отварной свеклы с соевым соусом	50	1,2	0,2	9,3	28,1		7.23/1/1
	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0,2	0	9,68	39,8	7,5	7.7/10/2
Полдник:	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7.003-1
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.101
	Итого		33,08	19,5	95,23	621,07		
	Суфле рыбное	80	12,88	6,67	2,4	153,37		7.61p/1
Итого за 9 день	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,00		7.144
	Снежок	150	4,7	5,7	19,7	134,7		7.082
	Итого		19,58	12,57	33,79	342,07		
			58,54	36,76	193,19	1331,96		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад

комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицына

Приказ № 582

от 22.07.2022

Десятый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У	Y			
Завтрак:08.00-08.30	Каша пшеничная молочная с маслом	200	5,24	5,44	28,42		177,5		4.5/4
	Багон с маслом .сыр	45	4,74	6,66	1,87		158,66		7.027
	Кофейный напиток с мол.	200	2,68	2,68	16,7		77,8		4.13/10
10 ч:	Свежие фрукты	100	0,5	0,5	14,5		60,7		4.19/10
	Итого		13,16	15,28	61,49		474,66		
Обед:12.00-12.30	Салат из белокочан. капусты с кукурузой, луком и раст. маслом	60	0,39	2,23	6,87		23,54		4.4/1
	Свекольник со сметаной	200	3,1	3,5	24,4		125,7		7.5/2/4
	Рулет из мяса говядины	100	12,41	14,84	11,85		248,19		4.18/8
	Каша перловая или гречневая	130	2,9	3,7	21,9		127,7		7.076-10/4
	Компот из кураги	200	0,5	0,00	18,72		68,82		7.110
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	8,4		36,2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68		67,17		8.103
	Итого		25,24	21,2	101,95		697,32		
Полдник:15.00-15.30	Булочка с творогом и морковью	80	5,8	9,8	26,9		217		7.4/12/1
	Снежок	180	6,42	5,81	9,82		127,49		7.082-2
	Итого		12,22	14,6	45,31		380,99		
Итого за 10 день			50,62	51,08	208,75		1552,97		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 374895313864161898897449033592695289111710139784

Владелец Казакова Татьяна Сергеевна

Действителен с 27.01.2023 по 27.01.2024