



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад

комбинированного вида № 582

Т.С. Казакова

Приказ №10-24 от 23.10.2024

Первый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-08.30	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом слив.	200	4.94	6.44	24.2	188,70		4.16/4
	Батон с маслом слив.	45	2.37	6.17	15.12	127.10		7.035
	Кофейный напиток с молоком	180	3.14	3.21	9.5	77.80		4.13/10
10 ч:	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00		7.031
Итого		525	9.65	14.59	57.20	469.66		
Обед: 12.00-12.30	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
	Бигус с мясом	230	21,0	19,17	0,37	286,43		7.061
	Компот из сухофруктов	200	0,14	0,00	9,47	38,90	5,0	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	3.3	0.54	8.4	36.20		7.002
	Хлеб пшеничный	30	2.64	0.26	16.68	67.17		8.103/1
Итого		740	31.29	38.39	51.19	649.04		
Полдник: 15.00—15.30	Макаронные изделия отварные с сыром	100	11,69	16,78	21,58	312,18		7.43-2/3/2
	Кондитерское изделие	35	0,04	0,00	6.95	103,05		7.1/1/9
	Напиток Витошка	200	0,01	0,00	7.96	135,40		4.18/10
Итого		335	11.98	16.78	60.04	551,70		
Итого		1600	52.92	69.78	168.43	1670,40		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад

комбинированного вида № 582

Т.С. Казакова

Приказ № 00-24-ХД от 23.10.2024

№ 582

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	152.14		4,8/4
	Батон масло, с сыром	45	2.37	6,17	15,12	127,1		7.027
	Какао с молоком и сахаром	200	0	0	11.8	157,06		4.14/10
10 ч:	Свежие фрукты	100	0.50	0.10	10,1	46,00		4.19/10
	Итого	545	8.17	13,41	70.5	482,30		
Обед:12.00-12.30	Салат из отварного картофеля ,кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	50	0,95	2,1	6,08	69,20		4.27/1
	Рассольник со сметаной	200	1,5	4,18	7,18	153,32		7.9/2/4
	Биточки(котлета) из мяса куры	80	20,1	22,8	22,1	173,60		7.5/9/4
	Рагу из овощей	130	3,93	2,32	27,28	121,99		7.180-2
	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	710	28,64	32,22	78.8	699,30		
Полдник:15.00-15.30	Ватрушка с повидлом	90	3.14	5.06	21.78	281,21		7.150
	Йогурт	200	8,35	10,88	27,55	105,60		7.023-3
	Кондитерское изделие	30	8,35	5,65	13,6	50,85		
	Итого	320	11,73	15,94	71.5	437,66		
Итого за 2 день		1775	61.3	61,57	220,80	1619,26		



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад

комбинированного вида № 582

Т.С. Казакова

Приказ № 10-24-ХД от 23.10.2024

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
	Батон 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:	Фруктовый сок	100	0,35	0,35	10,38	39,6		7.031
	Итого	530	9,6	14,17	45,56	468,58		
Обед:12.00-12.30	Огурец соленый	50	0,62	3,72	4,49	55,37		7.14/1/4
	Щи с свежей капусты со сметаной	200	1,95	3,48	11,21	146,88		4.6/2
	Печень по строгановски	100	17,06	11,7	11,79	239,78		8.31/8
	Картофельное пюре	130	2,98	4,23	22,01	148,65		7.64с
	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		8,104
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103/1
	Итого	710	28,79	23,93	86,56	739,05		
	Пудинг из творога	100	6,19	3,28	47,93	248,43		4.17/5
	Молоко сгущенное	20	1,33	1,56	10,31	59,67		7.351
	Кисель Витошка	200	0,00	0,00	15,73	70,00		4.17/10
	Итого	320	7,52	10,62	73,97	377,90		
Итого за 3 день		1560	45,91	48,72	206,09	1585,53		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад

комбинированного вида № 582

Т.С. Казакова

Приказ №10/24-ХД от 23.10.2024

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 ячневая молочная с маслом слив.	200	5.97	5.26	30.73	201.10		7.043
	Батон с маслом	45	4.74	8.37	15.12	158.66		7.035
	Какао с молоком	180	4.35	4.75	15.87	126.66		4.14/10
10 ч:	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,0		7.031/1
	Итого	525	11.86	16.56	52.04	532.42		
Обед:12.00-12.30	Салат из отварной свеклы морской капустой и раст.маслом	50	0,44	2,99	1,38	64,48		7.22/1/1
	Суп –пюре гороховый	200	7.01	7.09	12.86	108,06		7.29/2
	Гуляш из отварного мяса	100	9,05	9,88	2,9	271,71		7.12/8/3
	Макаронные изд.отварные	150	3,93	2,32	27,28	232,12		7.н151-2
	Компот из кураги и изюма	200	0.16	0	9,63	76,41	7.5	7.4/10/4
	Хлеб ржаной	20	3.3	0.54	9.47	36.20		7.002
	Хлеб пшеничный	30	25.64	0.26	16.68	67.17		8.103/1
	Итого	750	50.47	27.51	89.39	853,34		
Полдник: 15.00-15.30	Омлет натуральный запеченный	80	14,01	7,6	4,57	186.3		7.н038/1
	Хлеб пшеничный	15	4,8	2,8	77,72	34,65		7.144
	Чай с лимоном	200	0,02	0	6.02	25.46		7.087
	Итого	295	18.83	10,4	88.31	359,87		
Итого за 2 день		1574	81.16	54.47	229.74	1745,63		



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582
Т.С. Казакова
Приказ №10-24-ХД от 23.10.2024

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	Каша кукурузная молочная с маслом	200	5,29	5,96	15,6	137,69		7.095
	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
10 ч:	Свежие фрукты	140	0.50	0.10	10,10	60,70		4.19/10
	Итого		14.4	18,5	66,00	483,71		
Обед:12.00-12.30	Салат из варенной свеклы морковки с рас.маслом	50	1.24	7,44	8,98	69,61		7.196
	Суп крестьянский со сметаной	200	6.83	2.32	10,4	110,10		7.264
	Биточки (котлета)из мяса куры	80	13.7	12.5	4.74	205.10		7.5/9/4
	Капуста тушенная	130	2,8	4,1	11,6	91,50		
	Компот из сухофруктов	180	0.4	0	18.7	68.8	7.5	7.115
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	12,5	67,17		7.002
	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	10	34,65		8.103/1
	Итого	710	28.4	19.6	76.92	646.93		
Полдник:15.00-15.30	Ватрушка со сметаной	90	7,9	12,3	41.8	341,50		7.155-2
	Макаронные изделия в молоке	120	1.2	3.3	8.9	84.4		4.17/10
	Снежок	200	5.1	5.7	7.3	100.6		7.366
	Итого	270	9.6	10.4	44.4	526.50		
Итого за 7 день		1585	52.4	48.5	187,32	1657.14		



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

Т.С. Казакова
Приказ №10/24-ХД от 23.10.2024

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 рисовая молочная с маслом	200	4,22	6,66	22,50	186,00		7.162
	Какао с молоком и сахаром	200	3,14	3,21	9,5	77,80		4.14/10
	Батон с маслом,с сыром	45	4,74	8,37	15,12	158,66		7.357/4
10 ч:	Фруктовый сок	100	0,35	0,35	10,38	46,00		7/031
	Итого	545	12,45	18,59	57,5	468,46		
Обед:12.00-12.30	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,56	5,46	9,58	100,32		4.6/2
	Запеканка картофельная с печенью	230	11,7	11,1	16,7	296,99		7.82p/1
	Салат из отвар.картофеля ,моркови, свеклы с реп.луком. солен огурцом и раст.маслом .	40	1,12	7,6	3,5	128,,57		.7.29/1/2
	Напиток из шиповника	200	0,42	0,00	20,7	77,00	7.5	7.15/10/4
	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	720	43,74	24,96	76,63	645,56		
Полдник:	Запеканка из творога	120	19,2	23,9	25,0	390,00		4.10/5
	Сгущенное молоко для запеканок	20	1,5	1,7	22,90	131,00		7.351
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,04	45,80		7.087
	Итого	340	22,82	2,74	63,90	566,80		
Итого за 8 день		1605	79,01	46,29	198,03	1680,82		



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582

Т.С. Казакова

Приказ №10-24-ХД от 23.10.2024

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		4/19/4
	Батон с маслом и повидлом (джем)	57	2,6	1,00	26,32	126,97		7.035/7
	Чай с сахаром	180	0,03	0	9,03	34,4		7.354/4
10 ч:	Свежие фрукты	100	0,5	0,5	14,5	126,04		4.19/10
	Итого	537	5,88	4,69	64,17	442,80		
Обед:12.00-12.30	Суп –лапша на курином бульоне	200	8.34	2.2	23.4	138.10		4.20/2
	Плов из мяса куры	230	17.4	16.3	26.7	324.7		4.4/9
	Кукуруза консервированная	40	1,2	0,2	9,3	28,10		7.375
	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0.2	0	9,68	52.91	7.5	7.7/10/2
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,20		7н003-1
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0.26	16,68	67,17		8.101
	Итого	720	33,08	19,5	95,23	647.18		
Полдник:	Тефтели рыбные	80	12,88	6,67	2,4	210,95		7.61р/1
	Хлеб пшеничный	20	2	0.2	11,69	54,00		7.144
	Напиток Валитек	200	4.7	5.7	19.7	134.70		4.17/10
	Итого	300	19,58	12,57	33,79	399,65		
Итого за 9 день		1557	58,54	36,76	193,19	1489,63		



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582
Т.С. Казакова
Приказ № 10-24-ХД от 23.10.2024

Десятый 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 пшеничная с маслом с слив.	200	5.24	5.44	28.42	177.5		4.11/4
	Батон 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:	Фруктовый сок	100	0.5	0.5	14,5	60,7		7.031/1
	Итого	545	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		7.н163/5
	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	740	25,24	21.2	101,95	697,32		
Полдник: 15.00-15.30	Ватрушка со сметанной	80	5.8	9.8	26.9	217		7.6/12/5
	Кондитерское изделие	35	4,22	3,21	6,32	50,85		7/4/5/1
	Кефир	200	6,42	5,81	9,82	127,49		7.366
	Итого	315	16,44	18,82	43,04	395,34		
Итого за 10 день		1600	54,84	55,30	206,48	1567,32		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279312

Владелец Казакова Татьяна Сергеевна

Действителен с 21.03.2025 по 21.03.2026