1 неделя – Понедельник		*С 1 – 3 лет*						*С 3 – 8 лет*					
№ рецептуры	**Прием пищи Наименование блюда**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**
			Б	**Ж**	**У**	**С**			**Б**	**Ж**	**У**	**С**	
	1 Завтрак												
99	Каша ячневая вязкая	150	4,98	5,69	21,1	1,46	153	200	6,54	7,59	28,13	1,95	204
11	Батон "Нарезной"	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5
5	Масло сливочное	5	0,05	4,13	0,7	0	48,51	7	0,07	5,78	0,98	0	67,91
393	Чай с лимоном	150/7	0,05	0,01	10,71	1,60	42,88	180/7	0,04	0,01	13,78	2	55,46
	Итого:		**7,3**	**10,7**	**48,62**	**3,06**	**326,89**		**8,87**	**14,25**	**59**	**3,95**	**409,87**
	2 Завтрак												
399	Сок фруктовый	**100**	**0,9**	**0**	**18,18**	**3,6**	**76**	**100**	**0,9**	**0**	**18,18**	**3,6**	**76**
	Обед												
31	Свекла отварные дольками	30	0,57	1,82	2,5	2,85	27,75	40	0,77	2,43	3,34	3,8	37,56
41	Суп уха	150	4,24	5,2	20,24	9,64	112,8	180	4,77	5,85	22,77	12,05	135,27
153	Жаркое по-домашнему							180	22,28	17,98	25,46	8,17	352,82
206	Картофельное пюре	110	2,34	4,44	17,08	14,36	117,67						
161	Котлеты, биточки, шницели из говядины	50	7,03	5,73	5,11	0,58	99,38						
257	Напиток из клюквенный (смородиновый)	150	0,08	0	15,8	0,54	63,51	180	0,1	0	18,96	0,64	76,22
2	Хлеб пшеничный	30	2,84	0,4	12,72	0	96,8	50	3,55	0,5	15,9	0	121
1	Хлеб "Дарницкий"	40	2,64	0,44	16,4	0	82,4	50	3,3	0,55	20,5	0	103
	Итого:		**19,74**	**18,03**	**89,85**	**27,97**	**600,31**		**34,77**	**27,31**	**106,93**	**24,66**	**825,87**
	Полдник												
422	Горошница	110	9,5	3	19,4	0	143,2	130	12,67	3,6	25,22	0	186,55
б/н	Печенье	8,5	0,7	1,46	5,7	0	38,08	17	0,14	2,92	11,4	0	76,16
255	Чай с молоком	150	20,9	1,91	9,92	1,95	65,43	180	2,51	2,29	11,94	2,6	78,52
	Итого:		**31,1**	**6,37**	**35,02**	**1,95**	**246,71**		**15,32**	**8,81**	**48,56**	**2,6**	**341,23**
	Итого за день:		***59,04***	***35,1***	***191,67***	***36,58***	***1542,57***		***59,86***	***50,37***	***232,67***	***34,81***	***1652,97***
	Итого за день по сезону:												

1 неделя – Вторник		*С 1 – 3 лет*						*С 3 – 8 лет*					
№ рецептуры	**Прием пищи Наименование блюда**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**
			Б	**Ж**	**У**	**С**			**Б**	**Ж**	**У**	**С**	
	1 завтрак												
96	Каша вязкая пшенная молочная	150	5,26	6,07	21,29	1,46	159,75	200	7,01	8,09	28,39	1,95	213
11	Батон	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5
7	Сыр	10	2,52	2,68	0,06	0,07	33,4	15	3,77	0,4	0,09	0,1	50,1
261	Чай с молоком	150	1,02	1,17	12,68	0,54	58,04	180	1,23	1,4	15,22	0,65	78,42
	Итого:		**11,02**	**10,79**	**50,14**	**2,07**	**333,69**		**14,23**	**10,76**	**59,81**	**2,7**	**424,02**
	2 завтрак												
368	Плоды и ягоды свежие (Банан, Яблоко)	**50**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**10**	**22**	**50**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**10**	**22**
	Обед												
31	Морковь отварные дольками	30	0,57	2,13	2,46	82,05	31,26	40	0,76	2,84	3,28	82,05	41,68
36	Суп картофельный с бобовыми	150/6	4,3	3,9	17,51	4,83	105,6	180/8	5,85	4,68	19,78	5,63	135
204	Макаронные изделия отварные	110	6	0,55	27,51	0	143,57	130	7,11	0,65	35,52	0	168,71
179	Курица в соусе с томатами	60	6,89	8,85	2,4	1,39	97,43	80	8,16	10,26	2,84	1,65	116,6
241	Компот из смеси сухофруктов	150	0,39	0	19,52	0,36	79,95	180	0,5	0	25,01	0,4	102,01
2	Хлеб пшеничный	30	2,35	6,55	13,62	0	126	50	3,06	9,43	18,27	0	170
1	Хлеб ржаной	40	2,45	7,55	14,62	0	136	50	2,55	8,55	15,62	0	146
	Итого:		**22,95**	**29,53**	**97,64**	**88,63**	**719,81**		**27,99**	**36,41**	**120,32**	**89,73**	**880,00**
	Полдник												
117	Запеканка из творога	110/30	15,9	7,7	15	0,9	194,27	130/30	20,45	8,48	20,37	0,54	239,56
251	(Кислом-й продукт) Бифилайф	150	4,2	3,75	6	0	75	180	5,13	4,58	6,23	0	91,67
	Итого:		**20,1**	**11,45**	**21**	**0,9**	**269,27**		**25,58**	**13,06**	**26,6**	**0,54**	**331,23**
	Итого за день:		***54,27***	***51,97***	***173,68***	***101,60***	***1344,77***		***68,00***	***60,43***	***211,63***	***102,97***	***1657,25***
	Итого за день:по сезону												

1 Неделя – Среда		*С 1 – 3 лет*						*С 3 – 8 лет*					
№ рецептуры	**Прием пищи Наименование блюда**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**
			Б	**Ж**	**У**	**С**			**Б**	**Ж**	**У**	**С**	
	1 завтрак												
177	Каша пшеничная вязкая	150	6,3	4,95	28,35	0,91	184,03	200	8,4	6	37,8	1,22	247,4
11	Батон	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5
5	Масло сливочное	5	0,05	4,13	0,7	0	48,51	7	0,07	5,78	0,98	0	67,91
253	Кофейный напиток с молоком	150	1,95	2,23	13,79	0,83	83,08	180	2,51	2,87	17,73	1	106,8
	Итого:		**10,52**	**12,18**	**58,95**	**1,74**	**398,12**		**13,2**	**15,52**	**72,62**	**2,22**	**504,61**
	2 завтрак												
399	Сок фруктовый	**100**	**0,9**	**0**	**18,18**	**3,6**	**76**	**100**	**0,9**	**0**	**18,18**	**3,6**	**76**
	Обед:												
14	Огурец свежий долькой*	30	0,21	0,03	0,37	24,9	3,30	40	0,28	0,04	0,47	24,9	4,4
39	Щи из свежей капусты, мясом и со сметаной	150/8	2,95	4,8	6,87	15,54	94,49	180/9	3,32	6,37	7,73	17,47	106,2
441	Картофельное пюре	120	2,46	5,09	11,27	4,08	116,23	150	3,08	6,36	14,09	5,1	145,29
134	Котлеты или биточки рыбные	50	6,83	3,81	24,8	0,37	99,75	70	7,8	4,35	28,3	0,42	114
256	Напиток из шиповника	150	0,18	0,08	13,75	11	75	200	0,24	0,1	18,33	15	100
2	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	0	82,4	50	3,3	0,55	20,5	0	103
	Итого:		**15,27**	**14,25**	**73,46**	**55,89**	**471,17**		**18,02**	**17,77**	**89,42**	**62,89**	**572,89**
	Полдник												
77	Рагу из овощей	110	1,82	3,6	9,1	12,89	149,4	130	2,4	3,3	10,97	15,48	227,67
2	Хлеб пшеничный	30	2,84	0,4	12,72	0	96,8	50	3,55	0,5	15,9	0	121
263	Чай с сахаром	150	0,7	0	8,43	0	34,05	180	0,11	0	10,84	0	43,78
б/н	Печенье	8,5	0,7	1,46	5,7	0	38,08	17	0,14	2,92	11,4	0	76,16
	Итого:		**5,36**	**4**	**30,25**	**12,89**	**318,33**		**6,06**	**3,8**	**37,71**	**15,48**	**531,16**
	Итого за день:		***32,05***	***30,43***	***180,84***	***74,12***	***1263,62***		***38,18***	***37,09***	***217,93***	***84,19***	***1684,66***
	Итого за день:по сезону												

1 неделя – Четверг		*С 1 – 3 лет*						*С 3 –8 лет*					
№ рецептуры	**Прием пищи Наименование блюда**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**
			Б	**Ж**	**У**	**С**			**Б**	**Ж**	**У**	**С**	
	1 завтрак												
93	Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	4,76	6,38	16,4	1,46	140,25	200	6,35	8,51	21,86	1,95	187
11	Батон	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5	30	2,22	0,87	16,11	0	82,5
7	Сыр	10	2,52	2,68	0,06	0,07	33,4	15	3,77	0,4	0,09	0,1	50,1
248	Какао с молоком	150	1	1,08	10,83	0,83	75	180	1,2	1,3	13	1,17	90
	Итого:		**10,5**	**11,01**	**43,4**	**2,36**	**331,15**		**13,54**	**11,08**	**51,06**	**3,22**	**409,6**
	2 завтрак												
368	Плоды и ягоды свежие (Банан, Яблоко)	**50**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**10**	**22**	**50**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**10**	**22**
	Обед:												
31	Свекла отварные дольками	30	0,57	1,82	2,5	2,85	27,75	40	0,77	2,43	3,34	3,8	37,56
101	Суп шахтерский с мясом и сметаной	150/6	3,32	4,83	15,74	6,3	115,2	180/7	3,73	5,43	17,7	7,87	129,6
329	Бигус	160	14,4	10,64	4,16	12,4	170,4	180	16,2	11,97	4,68	13.95	191,7
257	Напиток клюквенный (смородиновый)	150	0,08	0	15,8	0,54	63,51	180	0,1	0	18,96	0,64	76,22
1	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	0	82,4	50	3,3	0,55	20,5	0	103
	Итого:		**21,01**	**17,73**	**54,6**	**22,09**	**459,26**		**24,1**	**20,38**	**65,18**	**12,31**	**538,08**
	Полдник												
	Омлет с зеленым горошком	130	11,64	18,06	3,05	0,3	221,3	150	13,43	27,09	3,52	0,35	255,35
2	Хлеб пшеничный	30	2,35	6,55	13,62	0	126	40	2,45	7,55	14,62	0	136
б/н	печенье	9	0,74	1,53	6	2,7	40,31	18	1,48	3,06	12	5,4	80,26
255	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,2	1,95	81	180	5,8	5	9,6	2,6	108
	Итого:		**7,44**	**11,83**	**26,82**	**4,65**	**468,61**		**9,73**	**15,61**	**36,22**	**8**	**579,61**
	Итого за день:		***39,15***	***40,77***	***129,72***	***39,10***	***1281,02***		***47,57***	***47,27***	***157,36***	***33,53***	***1549,29***
	Итого за день:по сезону												

1 неделя - Пятница		*С 1 – 3 лет*						*С 3 – 8 лет*					
№ рецептуры	**Прием пищи Наименование блюда**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**	**Масса порции**	**Пищевые вещества**				**Энергетическая ценность Ккал**
			Б	**Ж**	**У**	**С**			**Б**	**Ж**	**У**	**С**	
	1 завтрак												
266	Каша вязкая молочная «Дружба»	150	3,94	8,74	18,79	0,99	169,65	200	5,26	11,66	25,06	1,32	226,2
11	Батон	30	2,2	0,9	15	0	75	30	2,2	0,9	15	0	75
5	Масло сливочное	5	0,05	4,13	0,7	0	48,51	7	0,07	5,78	0,98	0	67,91
253	Кофейный напиток с молоком	150	1,95	2,23	13,79	0,83	83,08	180	2,51	2,87	17,73	1	106,8
	Итого:		**8,14**	**16**	**48,28**	**1,82**	**376,24**		**10,04**	**21,21**	**58,77**	**2,32**	**475,91**
	2 завтрак												
399	Сок фруктовый	**100**	**0,9**	**0**	**18,18**	**3,60**	**76**	**100**	**0,9**	**0**	**18,18**	**3,60**	**76**
	Обед												
14	Огурец свежий долькой*	30	0,21	0,03	0,37	24,9	3,30	40	0,28	0,04	0,47	24,9	4,4
35	Суп овощной	150/10	1,15	3,5	7,05	6,8	69,14	180/10	1,39	4,22	9,06	8,35	82,97
207	Картофельное пюре с морковью	110	2,25	2,5	16,2	0,1	96,68	130	2,6	3	19,14	0,22	144,26
134	Котлеты или биточки рыбные	50	6,83	3,81	24,8	0,37	99,75	70	7,8	4,35	28,3	0,42	114
241	Компот из смеси сухофруктов	150	0,39	0	19,52	0,36	79,95	180	0,5	0	25,01	0,4	102,41
2	Хлеб пшеничный	30	2,84	0,4	12,72	0	96,8	50	3,55	0,5	15,9	0	121
1	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,4	0	82,4	50	3,3	0,55	20,5	0	103
	Итого:		**16,31**	**10,68**	**97,06**	**32,53**	**528,02**		**19,42**	**12,66**	**118,38**	**34,29**	**672,04**
	Итого:по сезону												
	Полдник												
43	Суп молочный с крупой гр 1,2,6,7	150	4,32	4,97	13,71	0,88	117						
274	Булочка домашняя	45	3,29	7,07	27,67	0,19	171,58	60	4,37	7,07	36,8	0	228,2
251	(Кислом-й продукт) Кефир	150	4,2	3,75	6	0	75	180	5,13	4,58	6,23	0,27	91,67
	Итого:		**7,49**	**10,82**	**33,67**	**0,19**	**198,85**		**9,5**	**11,65**	**43,03**	**0,27**	**319,87**
	Итого за день:		***32,84***	***37,5***	***197,19***	***38,14***	***1420,6***		***39,86***	***45,52***	***238,36***	***40,48***	***1875,47***
	Итого за день:по сезону												
	Итого за 1 неделю		**217,35**	**195,77**	**873,10**	**289,54**	**6852,58**		**253,47**	**240,68**	**1057,95**	**295,98**	**8419,64**
	Итого за 1 неделю:по сезону												

Подписано цифровой подписью: Лифаненкова Ирина Васильевна
DN: c=RU, st=Челябинская область, title=Заведующий, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА-ДЕТСКИЙ САД №58 "ЖЕМЧУЖИНКА", 1.2.643.100.3=120B303236313923133343239, 1.2.643.3.131.1.1=120C373432323033383631323930, email=glavbuh@detsad58.ru, givenName=Ирина Васильевна, sn=Лифаненкова, cn=Лифаненкова Ирина Васильевна
Дата: 2023.02.28 16:32:15 +05'00'