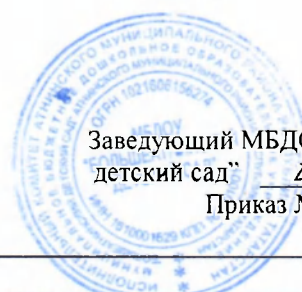


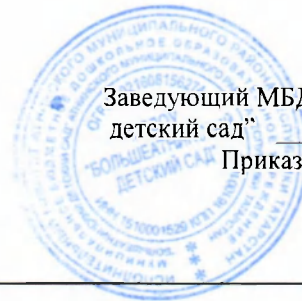
«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *А.М.Исламова*  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 1 – ый (от 1-3 лет)					
Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
Наименование блюд		белки	жиры	угл- ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша манная молочная с маслом	150/5	7,50	7,50	18,40	171,10
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,45</b>	<b>11,91</b>	<b>35,82</b>	<b>288,10</b>
Сок	125	0,50	0,30	13,00	51,90
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,50</b>	<b>0,30</b>	<b>13,00</b>	<b>51,90</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>474</b>	<b>9,95</b>	<b>12,21</b>	<b>48,82</b>	<b>340,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из капусты с яблоками	30	0,60	1,38	3,00	26,80
Рассольник ленинградский с курицей, со сметаной	150/10/5	4	6	6,3	93
Тефтели из говядины с соусом томатным	50/5	4,4	4,6	3,5	73
Макароны отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,0	15,00	62,50
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>560,00</b>	<b>16,80</b>	<b>15,48</b>	<b>76,90</b>	<b>511,70</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,00	45,20
	<b>110</b>	<b>3,00</b>	<b>2,70</b>	<b>4,50</b>	<b>54,30</b>
Катык					
Булочка домашняя	40	3,90	3,50	22,40	137,00
Чай фруктовый	150/6	0,1	0,07	13,5	55
<b>Итого:</b>	<b>406</b>	<b>7,40</b>	<b>6,67</b>	<b>50,40</b>	<b>291,50</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1441,00</b>	<b>34,15</b>	<b>34,36</b>	<b>176,1</b> 2	<b>1143,20</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *И.И.* А.М.Исламова  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 2- ой (от 1-3 лет)					
Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
Наименование блюд		белки	жиры	угл- ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша "Дружба" молочная с маслом	150/5	3,90	4,38	19,00	131,00
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,40</b>	<b>12,33</b>	<b>43,20</b>	<b>323,90</b>
Фрукты свежие	100	1,00	0,00	8,10	36,00
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>8,10</b>	<b>36,00</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>450</b>	<b>10,40</b>	<b>12,33</b>	<b>51,30</b>	<b>359,90</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свеклы	30	0,36	1,5	2,52	25,0
Суп картофельный с клецками с мясными фрикадельками	150/10	3,00	6,40	23,60	164,00
Биточки рубленые из рыбы	50	8,00	4,90	4,50	94,00
Пюре Картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>570,00</b>	<b>16,61</b>	<b>15,23</b>	<b>78,37</b>	<b>516,59</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	10	5,10	8,00	4,00	108,50
<b>Итого:</b>	<b>110</b>	<b>2,50</b>	<b>2,75</b>	<b>4,00</b>	<b>51,00</b>
Молоко кипяченое					
Пудинг из творога с рисом, с повидлом	130	6,00	8,50	24,00	196,00
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09	0,01	8,50	34,50
<b>Итого:</b>	<b>408</b>	<b>9,89</b>	<b>14,26</b>	<b>46,50</b>	<b>347,50</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1408,00</b>	<b>37,05</b>	<b>43,29</b>	<b>178,1</b> <b>2</b>	<b>1245,60</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» \_\_\_\_\_ А.М.Исламова  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

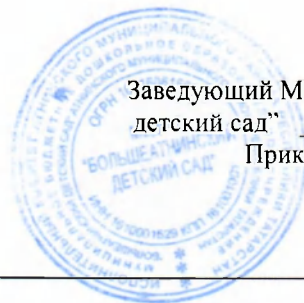
День 3 – ий (от 1-3 лет)					
Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл- ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	5,00	5,50	14,00	126,00
Чай с молоком, сахаром	160/4	2,30	2,00	11,90	74,80
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,20</b>	<b>11,90</b>	<b>38,90</b>	<b>299,80</b>
Сок	125	0,80	0,20	12,00	60,00
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,80</b>	<b>0,20</b>	<b>12,00</b>	<b>60,00</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>475</b>	<b>10,00</b>	<b>12,10</b>	<b>50,90</b>	<b>359,80</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свежих помидор	30	0,33	1,86	1,40	24,00
Свекольник на бульоне со сметаной	150/5	3,12	4,80	6,10	80,00
Гуляш из индейки	40/40	6,72	6,20	17,80	154,00
Каша гречневая вязкая	110/2,5	4,00	2,90	17,70	112,90
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,5	52,10
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>577,5</b>	<b>16,95</b>	<b>17,39</b>	<b>79,60</b>	<b>542,90</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Фрукты свежие	100	0,36	0,36	22,00	92,68
Ватрушка с повидлом	40	6,2	6,40	32,00	210
Ряженка	110	3,12	2,75	4,59	55,60
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
<b>Итого:</b>	<b>414</b>	<b>9,73</b>	<b>9,52</b>	<b>63,01</b>	<b>376,28</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1466,5</b>	<b>36,68</b>	<b>39,01</b>	<b>193,51</b>	<b>1278,98</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *А.М.Исламова*  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

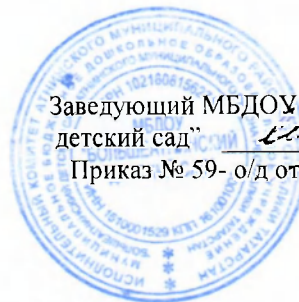
День 4 – ый (от 1-3 лет)

Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл- ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшённая молочная с маслом	150/5	5,80	4,50	16,20	128,00
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60
<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>10,30</b>	<b>11,65</b>	<b>39,10</b>	<b>302,60</b>
Фрукты свежие	100	0,60	0,43	14,00	62,30
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,60</b>	<b>0,43</b>	<b>14,00</b>	<b>62,30</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10,90</b>	<b>12,08</b>	<b>53,10</b>	<b>364,90</b>
<b>ОБЕД</b>					
Помидоры свежие порционно	30	0,33	0,06	1,14	7,2
Щи со свежей капустой, карто- фелем, с сметаной с курицей	150/10/5	4,08	6,50	13,00	127,00
Тефтели из говядины с рисом и соусом	40/10	4,80	5,00	6,50	90,20
Пюре картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,00	15,00	62,50
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>15,11</b>	<b>15,36</b>	<b>75,14</b>	<b>500,00</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	10	3,60	3,80	16,10	111,00
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00
Суфле из творога, с повидлом	130/10	7,00	8,00	23,00	192,00
Напиток шиповника	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9
<b>Итого:</b>	<b>414</b>	<b>10,30</b>	<b>12,00</b>	<b>46,60</b>	<b>332,90</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1429</b>	<b>36,31</b>	<b>39,44</b>	<b>174,8</b> <b>4</b>	<b>1197,80</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *И.И.* А.М.Исламова  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 5 – ый (от 1-3 лет)					
Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
Наименование блюд		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша полбяная молочная с маслом	150/5	6	5	17,23	138
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,90</b>	<b>11,60</b>	<b>41,53</b>	<b>310,30</b>
Сок	125	0,30	0,00	10,00	43,00
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,30</b>	<b>0,00</b>	<b>10,00</b>	<b>43,00</b>
завтрак+2 завтрак	470	10,20	11,60	51,53	353,30
<b>ОБЕД</b>					
Салат витаминный	30	0,45	1,75	4,20	34,35
Суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	150/10	4,00	4,45	11,70	103,00
Плов из курицы	130	9,2	12,2	34	283
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>14,80</b>	<b>17,05</b>	<b>70,20</b>	<b>494,10</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	20	1,20	4,50	27,95	153,00
Омлет натуральный	130	6,00	6,50	15,00	142,50
Кефир	110	3,1	2,75	4,4	54,8
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
<b>Итого:</b>	<b>444</b>	<b>11,95</b>	<b>13,96</b>	<b>61,57</b>	<b>415,30</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1419</b>	<b>37,28</b>	<b>42,67</b>	<b>184,44</b>	<b>1269,90</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *А.М.Исламова*  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 6- ой (от 1-3 лет)

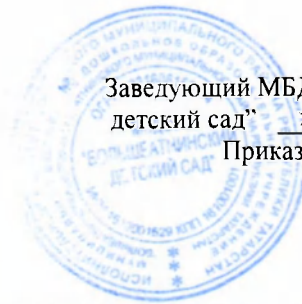
Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жир ы	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Суп молочный с вермишелью	150	8,20	8,00	16,20	169,00
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>10,15</b>	<b>12,4</b> <b>1</b>	<b>33,62</b>	<b>286,00</b>
Сок	125	0,75	0,20	15,00	64,00
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,75</b>	<b>0,20</b>	<b>15,00</b>	<b>64,00</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>469</b>	<b>10,90</b>	<b>12,6</b> <b>1</b>	<b>48,62</b>	<b>350,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Помидоры свежие порционно	30	0,33	0,06	1,14	7,20
Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной на м/б	150/5	2,50	3,50	10,70	83,00
Плов из отварной говядины	130	10,00	10,0	33,00	261,00
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,5	52,10
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>16,43</b>	<b>14,0</b> <b>9</b>	<b>81,44</b>	<b>516,30</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	10	0,10	1,55	11,20	55,00
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00
Запеканка из творога с крошкой	130	6,80	8,60	30,00	225,00
Напиток шиповника	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9
<b>Итого:</b>	<b>404</b>	<b>9,90</b>	<b>13,15</b>	<b>50,60</b>	<b>356,80</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1394</b>	<b>37,23</b>	<b>39,85</b>	<b>180,66</b>	<b>1223,20</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большееатнинский  
детский сад» А.М.Исламова  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 7 – ой (от 1-3 лет)

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша геркулесовая молочная с маслом	150/5	4,80	5,00	14,00	120,00
Чай с молоком, сахаром	160/4	2,30	2,00	11,90	74,80
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60
<b>Итого:</b>	<b>352</b>	<b>10,60</b>	<b>12,95</b>	<b>38,80</b>	<b>314,40</b>
Фрукты свежие	100	0,36	0,10	10,00	45,20
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,36</b>	<b>0,10</b>	<b>10,00</b>	<b>45,20</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>452</b>	<b>10,96</b>	<b>12,30</b>	<b>48,80</b>	<b>359,60</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свежей капусты	30	0,42	1,50	2,70	26,00
Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками	150/10/1 0	2,00	3,00	13,60	89,00
Биточки куриные "Солнышко"	50	6,40	9,00	5,20	127,00
Макаронь отварные	110	4,10	3,00	25,00	143,40
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,5	52,10
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>16,52</b>	<b>17,03</b>	<b>83,10</b>	<b>550,50</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,00	45,20
Шафран с яблоками	40	2,7	4,4	22,4	140
Ряженка	110	3,12	2,75	4,59	55,60
Чай фруктовый	150/6	0,1	0,07	13,5	55
<b>Итого:</b>	<b>406</b>	<b>6,32</b>	<b>7,62</b>	<b>50,49</b>	<b>295,80</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1318</b>	<b>33,80</b>	<b>37,70</b>	<b>182,39</b>	<b>1205,90</b>



«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *А.М.Исламова*  
Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 8 – ой (от 1-3 лет)

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшённая молочная с маслом	150/5	5,80	4,50	16,20	128,00
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99
<b>Итого:</b>	<b>357</b>	<b>10,40</b>	<b>13,10</b>	<b>41,40</b>	<b>325,10</b>
Сок	125	0,40	0,00	8,00	35,00
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,40</b>	<b>0,00</b>	<b>8,00</b>	<b>35,00</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>482</b>	<b>10,80</b>	<b>13,10</b>	<b>49,40</b>	<b>360,10</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свеклы	30	0,36	1,50	2,52	25,00
Суп крестьянский с курицей, сметаной	150/10/5	4,8	5,00	18,00	136
Биточки рубленные из рыбы с соусом томатным	50/10	5,00	4,20	0,70	61,00
Пюре картофельное	110	2,20	3,30	15,40	100,10
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,0	15,00	62,50
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>565</b>	<b>16,06</b>	<b>14,50</b>	<b>75,72</b>	<b>497,60</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	10	5,10	8,00	4,00	108,50
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00
Запеканка творожная с повидлом	130/10	6,00	8,00	22,50	186,00
Чай с сахаром и лимоном	150/4/4	0,09	0,01	8,50	34,50
<b>Итого:</b>	<b>418</b>	<b>10,19</b>	<b>12,21</b>	<b>51,40</b>	<b>351,50</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1465</b>	<b>36,15</b>	<b>37,81</b>	<b>176,32</b>	<b>1183,10</b>





«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» *Л.С.* А.М.Исламова

Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 9 – ый (от 1-3 лет)

Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша манная молочная с маслом	150/5	7,50	7,50	18,40	171,10
Какао с молоком	160	2,00	2,20	11,30	73,30
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>13,00</b>	<b>15,65</b>	<b>42,60</b>	<b>364,00</b>
Фрукты свежие	100	0,72	0,36	13,00	58,00
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,72</b>	<b>0,36</b>	<b>13,00</b>	<b>58,00</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>450</b>	<b>10,00</b>	<b>12,00</b>	<b>52,60</b>	<b>367,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из свежих помидор	30	0,33	1,86	1,40	24,00
Борщ со свежей капустой, картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	2,10	4,30	9,70	86,00
Запеканка картофельная с мясом	130/15	8,00	10,20	25,00	223,00
Компот из свежих яблок	150	0,10	0,10	10,20	42,10
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>13,90</b>	<b>9,90</b>	<b>66,60</b>	<b>411,10</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,00	45,20
Катык	110	3,12	2,75	2,50	47,20
Плюшка новомосковская	40	1,80	3,20	19,00	112,00
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
<b>Итого:</b>	<b>414</b>	<b>5,37</b>	<b>6,36</b>	<b>35,92</b>	<b>222,40</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1404</b>	<b>32,63</b>	<b>32,01</b>	<b>155,12</b>	<b>1042,70</b>



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Большеатнинский  
детский сад» А.М.Исламова

Приказ №59- о/д от 01.09.2022

День 10 – ый (от 1-3 лет)

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Суп молочный с вермишелью	150	8,20	8,00	16,20	169,00
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	1,9	4,4	13	99
<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>10,15</b>	<b>12,41</b>	<b>33,62</b>	<b>286,00</b>
Сок	125	0,75	0,20	15,00	64,00
<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,75</b>	<b>0,20</b>	<b>15,00</b>	<b>64,00</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>469</b>	<b>10,90</b>	<b>12,61</b>	<b>48,62</b>	<b>350,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Помидоры свежие порционно	30	0,33	0,06	1,14	7,20
Щи со свежей капустой, картофелем, со сметаной на м/б	150/5	2,50	3,50	10,70	83,00
Плов из отварной говядины	130	10,00	10,00	33,00	261,00
Напиток из урюка	150	0,50	0,03	12,5	52,10
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>515</b>	<b>16,43</b>	<b>14,09</b>	<b>81,44</b>	<b>516,30</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	10	2,40	4,30	15,00	105,00
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00
Запеканка из творога с крошкой	130	6,80	8,60	30,00	225,00
Напиток шиповника	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9
<b>Итого:</b>	<b>404</b>	<b>9,90</b>	<b>13,15</b>	<b>50,60</b>	<b>356,90</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1394</b>	<b>37,23</b>	<b>39,85</b>	<b>180,66</b>	<b>1223,20</b>



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Большеатнинский детский сад» *А.М.Исламова*

Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 11 – ый (от 1-3 лет)

Прием пищи Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша рисовая молочная с маслом	150/5	5,30	4,80	12,10	112,00
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60
<b>Итого:</b>	<b>360,00</b>	<b>9,80</b>	<b>11,95</b>	<b>35,00</b>	<b>286,60</b>
Фрукты свежие	100	0,36	0,36	10,00	44,70
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,36</b>	<b>0,36</b>	<b>10,00</b>	<b>44,70</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10,16</b>	<b>12,31</b>	<b>45,00</b>	<b>331,30</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат «Пестрый»	30	0,30	1,35	2,90	25,00
Суп-лапша домашняя с курицей	150/10	4,00	3,00	10,70	85,80
Котлеты "Аппетитные"	50	4,50	6,00	12,50	122,00
Каша перловая с овощами	110/3	4,13	6,30	21,10	157,60
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,0	15,00	62,50
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	65,9
<b>Итого:</b>	<b>533</b>	<b>14,73</b>	<b>15,60</b>	<b>73,60</b>	<b>493,80</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	20	1,30	3,90	24,80	137,00
Омлет натуральный	130	6,00	6,50	15,00	142,50
Кефир	110	3,1	2,75	4,4	54,8
Чай с сахаром	160/4	0,05	0,01	4,42	18,00
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
<b>Итого:</b>	<b>444</b>	<b>12,05</b>	<b>13,36</b>	<b>58,42</b>	<b>399,30</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1437,00</b>	<b>36,94</b>	<b>41,27</b>	<b>177,02</b>	<b>1224,4</b>



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Большеатнинский детский сад» А.М.Исламова

Приказ № 59- о/д от 01.09.2022

День 12 – ый (от 1-3 лет)

Прием пищи	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшённая молочная с маслом	150/5	5,80	4,50	16,20	128,00
Кофейный напиток с молоком	165/7	1	1,2	10	55
Бутерброд с сыром, маслом	25/5/3	3,50	5,95	12,90	119,60
<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>10,30</b>	<b>11,65</b>	<b>39,10</b>	<b>302,60</b>
Фрукты свежие	100	0,60	0,43	14,00	62,30
<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,60</b>	<b>0,43</b>	<b>14,00</b>	<b>62,30</b>
<b>завтрак+2 завтрак</b>	<b>460</b>	<b>10,90</b>	<b>12,08</b>	<b>53,10</b>	<b>364,90</b>
<b>ОБЕД</b>					
Помидоры свежие порционно	30	0,33	0,06	1,14	7,20
Щи со свежей капустой, картофелем, с сметаной с курицей	150/10/5	4,08	6,50	6,50	90,20
Тефтели из говядины с рисом и соусом	40/10	4,80	5,00	11,00	100,10
Пюре картофельное	110	2,20	3,30	15,40	143,40
Компот из сухофруктов	150	0,60	0,00	15,00	62,50
Хлеб пшеничный 1с	20	1,6	0,2	9,8	47
Хлеб сельский	30	1,5	0,3	14,3	66
<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>15,11</b>	<b>15,36</b>	<b>75,14</b>	<b>500,00</b>
<b>ПОЛДНИК</b>					
Кондитерские изделия	10	3,60	3,80	16,10	111,00
Молоко кипяченое	110	2,50	2,75	4,00	51,00
Суфле из творога, с повидлом	130/10	7,00	8,00	23,00	192,00
Напиток шиповника	150/4	0,5	0,25	5,4	25,9
<b>Итого:</b>	<b>414</b>	<b>10,30</b>	<b>12,00</b>	<b>46,60</b>	<b>332,90</b>
<b>ВСЕГО:</b>	<b>1429</b>	<b>36,31</b>	<b>39,44</b>	<b>174,84</b>	<b>1197,80</b>