



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ «Балтасинский детский сад №4 комбинированного вида» \_\_\_\_\_

Шамсутдинова Р.Н.

1й день	2й день	3й день	4й день	5й день
<p><b>Завтрак:</b> Каша маннаямолочная с маслом <u>150/200 г</u> Чай с сахаром <u>160/180 г</u> Бутерброд с маслом сливочным <u>25/5/30/5 г</u></p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша «Дружба» молочная с маслом <u>150/200 г</u> Какао с молоком <u>160/180 г</u> Бутерброд с сыром, маслом сливочным <u>25/5/30/7/ г</u></p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая с маслом <u>150/200 г</u> Чай с молоком, сахаром <u>160/180 г</u> Бутерброд с маслом сливочным <u>25/5/30/7/ г</u></p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша пшеничная молочная с маслом <u>150/200г</u> Кофейный напиток с молоком <u>160/180 г</u> Бутерброд с сыром, маслом сливочным <u>25/5/30/7/ г</u></p>	<p><b>Завтрак:</b> Каша полбяная молочная с маслом <u>150/200г</u> Какао с молоком <u>160/180 г</u> Бутерброд с маслом сливочным <u>25/5/30/7/ г</u></p>
<p><b>2-ой завтрак:</b> Сок <u>125 мл</u></p>	<p><b>2-ой завтрак:</b> Фрукты свежие: яблоко <u>100г</u></p>	<p><b>2-ой завтрак:</b> Сок <u>125 мл</u></p>	<p><b>2-ой завтрак:</b> Фруктовое пюре <u>100 мл</u></p>	<p><b>2-ой завтрак:</b> Сок <u>125 мл</u></p>
<p><b>Обед:</b> Салат из свеж.капусты <u>30/50 г</u> Суп вермишелевый с картофелем и курицей <u>150/200г</u> Тефтели из говядины с соусом томатным <u>50/70 г</u> Рис отварной с овощами <u>110/130 г</u> Кисель <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u></p>	<p><b>Обед:</b> Салат из свеклы <u>30/50 г</u> Суп из овощей с курицей, со сметаной <u>150/200 г</u> Биточки рубленые из рыбы <u>50/70г</u> Пюре картофельное <u>110/130 г</u> Компот из свежих яблок <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u></p>	<p><b>Обед:</b> Салат из моркови <u>30/50 г</u> Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками <u>150/200 г</u> Голубцы ленивые в сметанно-томатном соусе <u>140/150 г</u> Напиток из урюка <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u></p>	<p><b>Обед:</b> Салат из свеклы и моркови <u>30/50 г</u> Щи со свежей капустой, картофелем, на м/б, со сметаной <u>150/200 г</u> Жаркое по-домашнему из отварной говядины <u>130/180 г</u> Кисель <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u></p>	<p><b>Обед:</b> Салат «Витаминный» <u>30/50 г</u> Свекольник с курицей, со сметаной <u>150/200 г</u> Плов из курицы <u>130/160 г</u> Компот из свежих яблок <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u></p>
<p><b>Полдник:</b> Булочка Домашняя <u>40/50 г</u> Катык <u>110/120 г</u> Рагу с курицей <u>100/120 гр</u> Напиток шиповника <u>150\180/5 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u></p> <p><b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: 37,59/48,23 Жиры: 42,04/55,04 Углеводы: 177,83/228,29 Ккал: 1238,84/1603,98</p>	<p><b>Полдник:</b> Кондитерские изделия печенье КП <u>15/15 г</u> Запеканка творожная с молоком сгущенным <u>100/150 г</u> Молоко кипяченое <u>110/120 г</u> Чай с сахаром и лимоном <u>150/180 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u></p> <p><b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: 36,32/46,14 Жиры: 41,02/49,67 Углеводы: 183,34/236,64 Ккал: 1247,70/1579,10</p>	<p><b>Полдник:</b> Ряженка <u>110/120 г</u> Ватрушка с повидлом <u>40/50 г</u> Макароны отварные <u>110/130</u> Яйцо вареное <u>1/2 /48 г</u> Чай с сахаром <u>160/180/5 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u></p> <p><b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: 56,76/55,60 Жиры: 46,23/57,47 Углеводы: 158,55/212,45 Ккал: 1288,59/1596,58</p>	<p><b>Полдник:</b> Кондитерские изделия (крекер) <u>10/10г</u> Запеканка из творога с крошкой <u>130/150 г</u> Ряженка <u>110/120 г</u> Напиток шиповника <u>150/180 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u></p> <p><b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: 36,35/48,26 Жиры: 40,06/50,85 Углеводы: 178,80/235,10 Ккал: 1214,94/1596,30</p>	<p><b>Полдник:</b> Ватрушка с сыром <u>40/50 г</u> Омлет натуральный <u>130\150 г</u> Кефир <u>110\120 г</u> Чай с сахаром <u>150/180 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u></p> <p><b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: 38,71/49,30 Жиры: 44,70/57,06 Углеводы: 186,72/229,13 Ккал: 1302,70/1627,58</p>

6й день	7й день	8й день	9й день	10й день
<b>Завтрак:</b> Каша геркулесовая молочная с маслом <u>150/200 г</u> Чай с молоком, сахаром <u>160/180 г</u> Бутерброд с сыром, маслом сливочным <u>25/5/30/7 г</u>	<b>Завтрак:</b> Каша рисовая молочная с маслом <u>150/200 г</u> Кофейный напиток с молоком <u>160/180 г</u> Бутерброд с маслом сливочным <u>25/5/30/7 г</u>	<b>Завтрак:</b> Суп молочный с вермишелью <u>150/200 г</u> Какао с молоком <u>160/180 г</u> Бутерброд с сыром, маслом <u>25/5/30/7 г</u>	<b>Завтрак:</b> Каша полбяная молочная с маслом <u>150/200 г</u> Чай с молоком, сахаром <u>160/180 г</u> Бутерброд с маслом сливочным <u>25/5/30/7 г</u>	<b>Завтрак:</b> Каша пшеничная молочная с маслом <u>150/200 г</u> Кофейный напиток с молоком <u>160/180 г</u> Бутерброд с сыром, маслом <u>25/5/30/7 г</u>
<b>2-ой завтрак:</b> Фрукты свежие: яблоко <u>100</u>	<b>2-ой завтрак:</b> Сок <u>125 мл</u>	<b>2-ой завтрак:</b> Фруктовое пюре <u>100 г</u>	<b>2-ой завтрак:</b> Сок <u>125 мл</u>	<b>2-ой завтрак:</b> Фрукты свежие: яблоко <u>100</u>
<b>Обед:</b> Салат из свеж.капусты <u>30/50 г</u> Рассольник ленинградский с курицей, сметаной <u>150/200 г</u> Биточки куриные «Солнышко» <u>50/70 г</u> Макароны отварные <u>110/130 г</u> Кисель <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u>	<b>Обед:</b> Салат из свеклы <u>30/50 г</u> Суп картофельный с горохом, с мясными фрикадельками и гренками <u>150/200 г</u> Тефтели рыбные с маслом <u>50/70 г</u> Пюре картофельное <u>110/130 г</u> Компот из свежих яблок <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u>	<b>Обед:</b> Салат из моркови <u>30/50 г</u> Борщ со свежей капустой, картофелем, на м/б, со сметаной <u>150/200 г</u> Плов из отварной говядины <u>140/150 г</u> Напиток из урюка <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u>	<b>Обед:</b> Салат из моркови с яблоками <u>30/50 г</u> Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками <u>150/200 г</u> Котлеты «Аппетитные» <u>50/70 г</u> Пюре картофельное <u>110/130 г</u> Кисель <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u>	<b>Обед:</b> Салат из свеклы и моркови <u>30/50 г</u> Суп из овощей с курицей, со сметаной <u>150/200 г</u> Каша гречневая вязкая <u>110/130 г</u> Гуляш из куриной грудки <u>40/45 г</u> Напиток из урюка <u>150/180 г</u> Хлеб сельский <u>30/37,5 г</u>
<b>Полдник:</b> Булочка Домашняя <u>40/50 г</u> Ряженка <u>110/120 г</u> Гречка с фаршем и овощами <u>100/120 гр</u> Напиток шиповника <u>150\180/5 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u>  <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: <u>39,20/48,86</u> Жиры: <u>44,45/54,73</u> Углеводы: <u>181,33/220,20</u> Ккал: <u>1279,54/1570,80</u>	<b>Полдник:</b> Кондитерские изделия печенье КП <u>15/15 г</u> Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным <u>100/150 г</u> Молоко кипяченое <u>110/120 г</u> Чай с сахаром и лимоном <u>150/180 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u>  <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: <u>36,32/46,14</u> Жиры: <u>41,02/49,67</u> Углеводы: <u>183,34/236,64</u> Ккал: <u>1247,70/1579,10</u>	<b>Полдник:</b> Катык <u>110/120 г</u> Пирожок печеный с повидлом <u>40/50 г</u> Рагу из птицы с овощами <u>110/130</u> Чай с сахаром <u>160/180/5 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u>  <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: <u>56,76/55,60</u> Жиры: <u>46,23/57,47</u> Углеводы: <u>158,55/212,45</u> Ккал: <u>1288,59/1596,58</u>	<b>Полдник:</b> Кондитерские изделия (крекер) <u>10/10г</u> Запеканка из творога с крошкой <u>130/150 г</u> Ряженка <u>110/120 г</u> Напиток шиповника <u>150/180 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u>  <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: <u>36,35/48,26</u> Жиры: <u>40,06/50,85</u> Углеводы: <u>178,80/235,10</u> Ккал: <u>1214,94/1596,30</u>	<b>Полдник:</b> Ватрушка с сыром <u>40/50 г</u> Омлет натуральный <u>130\150 г</u> Кефир <u>110\120 г</u> Чай с сахаром <u>150/180 г</u> Хлеб пшеничный <u>20/23 г</u>  <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b> Белки: <u>38,71/49,30</u> Жиры: <u>44,70/57,06</u> Углеводы: <u>186,72/229,13</u> Ккал: <u>1302,70/1627,58</u>

Лист согласования к документу № 6 от 31.10.2024  
Инициатор согласования: Шамсутдинова Р.Н.  
Согласование инициировано: 31.10.2024 15:05

Лист согласования		Тип согласования: <b>последовательное</b>		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Шамсутдинова Р.Н.		 Подписано 31.10.2024 - 15:05	-