



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 00F3D08CA328DFC2F0D69CA9129259DC7A

Владелец: Шайхутдинова Фидалия Фаимовна

Действителен с 25.12.2023 до 19.03.2025

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Утверждаю:
/Шайхутдинова Ф.Ф.

Заведующий МБДОУ «Карелинский детский сад»: /

1 –й день	2- й день	3 – й день	4- й день	5-й день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша манная молочная с маслом 150/200 Чай с сахаром 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-30/5	Каша»Дружба» молочная с маслом 150/200 Какао с молоком 160/180 Бутерброд с сыром с маслом 25/5/3-30/7/3	Каша геркулесовая молочная с маслом 150/200 Чай с молоком с сахаром 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-30/5	Каша молочная пшеничная с маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 165/180 Бутерброд с сыром с маслом 25/5/3-30/7/3	Каша полбяная молочная с маслом 150/200 Какао с молоком 160/180 Бутерброд с маслом 25/5-30/5
10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак	10.00 II завтрак
Сок в ассортименте 125\125	Фрукты свежие 100/100	Сок в ассортименте 125\125	Фруктовое пюре яблоко 125/125	Сок в ассортименте 125\125
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из свежей капусты 30\50 Суп вермишелевый с картофелем с курицей 150/200 Тефтели из говядины с соусом томатным 50\70 Рис отварной с овощами 110\130 Кисель 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из свеклы 30\50 Суп из овощей с курицей со сметаной 150/200 Биточки рубленные из рыбы 50/70 Пюре картофельное 110\130 Компот из свежих яблок 150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из моркови 30/50. Суп с гречневой крупой и картофелем с мясными фрикадельками 150/200 Голубцы ленивые в соусе сметанно-томатном 140\150 Напиток из урюка 150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из свеклы и моркови 30\50 Щи со свежей капустой, картофелем на м\б со сметаной 150/200 Жаркое по домашнему из отварной говядины 150\180 Кисель 150\180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат витаминный 30\50 Свекольник с курицей, со сметаной 150/200 Плов из курицы 130/160 Компот из свежих яблок 150/180 Хлеб сельский 30/37,5
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Булочка домашняя 40/50 Катък 110\120 Рагу с курицей 30/ 100-40/120 Напиток шиповника 150/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 37,95\48.28	Молоко кипяченое 110/120 Запеканка творожная с молоком сгущенным 100\150 Конд.изделия печенье КП 15\15 Чай с сахаром и лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/23	Ряженка 110/120 Ватрушка с повидлом 40\50 Яйцо вареное 1\2 шт.\48 Макароны отварные 110\130 Чай с сахаром 160/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	Катък 110\120 Кондитерские изделия 21\21. Суфле из творога с молоком сгущенным 100\150 Напиток шиповника 150/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 38.96\49.46	Кефир 110/120 Плюшка новомосковская 40\50 Капуста тушеная с мясом 110\150 Чай с сахаром 160/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ:

Жиры: 42.06\52,57 Углеводы: 180,23\232.29 Ккал:1249.49\1597.48	ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 37.39\48.93 Жиры:42.11\54.20 Углеводы:181.21\232.52 Ккал: 1256.29\1611.87	Белки: 36.19\49.33 Жиры: 43.14\53.64 Углеводы: 188.70\238.80 Ккал:1286.00\1631.20	Жиры: 41.25\53.70 Углеводы: 182.11\238.12 Ккал: 1257.70\1631.40	Белки: 36,66\48,79 Жиры: 42,81\54,34 Углеводы: 182,20\236,11 Ккал: 1257,01\1636,79
---	--	--	--	---

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Заведующий МБДОУ «Карелинский детский сад»:

/

Утверждаю:
/ Шайхутдинова Ф. Ф.

6-й день	7-й день	8-й день	9-й день	10-й день
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша геркулесовая молочная с маслом 150/200 Чай с молоком с сахаром 160/180 Бутерброд с сыром с маслом 25/5/3-30/7/3	Каша рисовая молочная с маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 165/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-30/5	Суп молочный с вермишелью 150/180 Бутерброд с маслом с сыром 25/5/3-30/7/3 Какао с молоком 160/180	Каша полбяная молочная с маслом 150/200 Чай с молоком, сахаром 160/180 Бутерброд с маслом сливочным 25/5-30/5	Каша пшеничная молочная с маслом 150/200 Кофейный напиток с молоком 165/180 Бутерброд с сыром с маслом сливочным 25/5/3-30/7/3
10.00 П завтрак	10.00 П завтрак	10.00 П завтрак	10.00 П завтрак	10.00 П завтрак
Фрукты свежие 100/100	Сок в ассортименте 125\125	Фруктовое пюре яблоко 125\125	Сок в ассортименте 125\125	Фрукты свежие 100\100
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
Салат из свежей капусты 30\50 Рассольник Ленинградский с курицей со сметаной 150/200 Биточки куриные * Солнышко *50\70 Макароны отварные 110/130 Кисель 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из свеклы 30\ 50 Суп картофельный с горохом с мясными фрикадельками и гренками 150\200 Тефтели рыбные с маслом 50\70 Пюре картофельное 110\130 Компот из свежих яблок 150\180 Хлеб сельский	Салат из моркови 30\50. Борщ со свежей капустой, картофелем на м\б со сметаной 150/200 Плов из отварной говядины 130/160 Напиток из урюка 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	Салат из капусты с яблоками 30\50 Суп с рисовой крупой и картофелем с мясными фрикадельками 150\200 Котлеты *Аппетитные*50\70 Пюре картофельное 110\130	Салат из свеклы и моркови 30\50 Суп из овощей с курицей со сметаной 150/200 Гуляш из куриной грудки 40\45 Каша гречневая вязкая 110\130 Напиток из урюка 150/180 Хлеб сельский 30/37,5

	30/37,5		Кисель 150/180 Хлеб сельский 30/37,5	
Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник	Уплотненный полдник
Ряженка 110/120 Булочка сдобная 40/50 Каша гречневая с фаршем с овощами 110/-130 Напиток Шиповника 150/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 39,96/50,65 Жиры: 44,91/57,71 Углеводы: 182,75/226,23 Ккал: 1289,8/1621,01	Молоко кипяченое 110/120 Конд. изделия печенье 15/15 Пудинг из творога с рисом с молоком сгущенным 130/150 Чай с сахаром и лимоном 150/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 35,07/46,24 Жиры: 40,99/52,56 Углеводы: 175,03/239,72 Ккал: 1208,06/1610,80	Пирожок печеный с повидлом 40/50 Катывк 110/120 Рагу из птицы с овощами 100\20 120\25 . Чай с сахаром 160/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 38,9/48,58 Жиры: 42,83/54,48 Углеводы: 181,48/234,9 Ккал: 1260,75/1619,94	Ряженка 110/120 Кондитерские изделия крекер 10/10 Запеканка из творога с крошкой 130\150 Напиток шиповника 150\180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 30,79/48,25 Жиры: 40,51/53,51 Углеводы: 179,7/237,96 Ккал: 1225,56/1614,21	Кефир 110/120 Ватрушка с сыром 40\50 Омлет натуральный 130\140 Чай с сахаром 160/180 Хлеб пшеничный 20/23 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: Белки: 39,34/49,24 Жиры: 42,36/53,30 Углеводы: 182,58/234,58 Ккал: 1260,49/1620,68

Лист согласования к документу № 6 от 20.11.2024
Инициатор согласования: Шайхутдинова Ф.Ф.
Согласование инициировано: 20.11.2024 12:03

Лист согласования		Тип согласования: последовательное		
№	ФИО	Срок согласования	Результат согласования	Замечания
1	Шайхутдинова Ф.Ф.		 Подписано 20.11.2024 - 12:03	-