

Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Ивашкинский детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



02.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша «Дружба» мол. с маслом сл.	180/5	5,36	09.янв	29,49	229,05
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутероррод с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>11,82</b>	<b>18,09</b>	<b>55,33</b>	<b>432,4</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток с сахаром (кефир)	183	5,22	4,5	10,19	102
<b>Обед</b>					
огурцы свежие порционно	60	0,42	0,06	1,14	7,2
суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	4,93	3,8	12,68	114,56
Котлеты рубленые из говядины	70	11,79	13,09	11,51	211,06
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>25,47</b>	<b>22,25</b>	<b>91,36</b>	<b>680,38</b>
<b>полдник</b>					
булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181
чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,01	23,94
фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>3,85</b>	<b>7,4</b>	<b>41,88</b>	<b>251,94</b>
<b>Всего</b>	<b>1640</b>	<b>46,37</b>	<b>52,24</b>	<b>198,77</b>	<b>1466,72</b>



«Утверждаю»

заведующая МБДОУ «Иваннинский  
детский сад «Солнышко»  
Кудряшова Е.В.



03.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша полбяная молочная с маслом сл. какао с молоком	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
бутерброд с маслом сливочным	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
30/5	2,29	4,5	15,49	111,68	
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок в ассортименте	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
салат из картофеля и зеленым горошком к/с	60	1,18	3,15	5,87	56,52
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,5	4,77	8,12	87,64
плов из отварной птицы	200	11,19	10,93	31,8	282,55
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,3
<b>Итого</b>	<b>697</b>	<b>18,88</b>	<b>19,73</b>	<b>101,02</b>	<b>677,79</b>
<b>полдник</b>					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
<b>Итого</b>	<b>343</b>	<b>24,33</b>	<b>20,09</b>	<b>39,01</b>	<b>434,68</b>
<b>Всего</b>	<b>1644</b>	<b>54,98</b>	<b>55,36</b>	<b>215,97</b>	<b>1606,69</b>



«Утверждаю»  
 заведующая МБДОУ «Иванкинский  
 детский сад «Солнышко»»  
 Кудрянова Е.В.



04.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,06	6,99	30,07	224
чай с молоком , сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с маслом сл.	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>406</b>	<b>11,38</b>	<b>13,89</b>	<b>56,04</b>	<b>415,44</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из свежей капусты с морковью	60	1,56	4,43	1,94	53,88
суп картофельный с пшеной крупой на мясном бульоне с мясом говядины	180/10	4,22	2,33	8,77	76,57
оиточки руоленные из рыбы запеченные в томатном соусе с овощами	50/25	6,83	5,88	11,06	124,98
макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130/3	4,91	3,13	27,6	158,16
кисель	180/6	0,54	0,09	16,18	75,24
хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,85	47,05
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>703</b>	<b>22,55</b>	<b>16,56</b>	<b>93,24</b>	<b>625,07</b>
<b>полдник</b>					
эч- почмак с говядиной	100	11,2	6,35	37,9	268
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
<b>Итого</b>	<b>286</b>	<b>11,81</b>	<b>6,6</b>	<b>44,58</b>	<b>299,38</b>
<b>Всего</b>	<b>1575</b>	<b>50,97</b>	<b>41,55</b>	<b>201,42</b>	<b>1431,89</b>



Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудрянова Е.В.



05.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>13,92</b>	<b>17,76</b>	<b>59,67</b>	<b>455,26</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	13,2
суп гороховый с картофелем на курином бульоне	180	3,95	3,79	11,91	106,74
фрикадельки из птицы	80	11,24	10,07	7,04	164
рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>23,65</b>	<b>30,44</b>	<b>80,25</b>	<b>702,94</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
фрукты свежие (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	51,6
<b>Итого</b>	<b>456</b>	<b>15,08</b>	<b>25,09</b>	<b>18,38</b>	<b>365,36</b>
<b>Всего</b>	<b>1787</b>	<b>53,66</b>	<b>73,29</b>	<b>178,5</b>	<b>1608</b>



Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Иваевский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



06.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
суп молочный со звездочками	200	5,75	5,21	16,83	132,4
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>421</b>	<b>11,71</b>	<b>12,9</b>	<b>48,14</b>	<b>350,82</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180/3	5,22	4,5	10,19	102
<b>Обед</b>					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,36	3,66	5,01	56,34
рассольник домашний с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	3,63	5,59	9,39	110/15
запеканка картофельная с мясом, со сметанным соусом	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99
компот из свежих яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>25,7</b>	<b>28,75</b>	<b>79,98</b>	<b>681,67</b>
<b>полдник</b>					
ватрушка королевская	150	18,44	10,96	58,36	404
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
<b>Итого</b>	<b>343</b>	<b>18,57</b>	<b>10,99</b>	<b>64,59</b>	<b>430,48</b>
<b>Всего</b>	<b>1607</b>	<b>61,2</b>	<b>57,14</b>	<b>202,9</b>	<b>1564,97</b>




  
 Утверждено  
 заведующая МБДОУ "Иванкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.

09.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутероррод с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>11,83</b>	<b>15,01</b>	<b>50,92</b>	<b>401,97</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1		20,2	84,44
<b>Обед</b>					
огурцы свежие порционно	60	0,42	0,06	1,14	7,2
суп из овощей на мясном бульоне с мясом птицы ,со сметаной	180/10/7	3,67	6,5	6,87	106,12
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,04	16,81	71,52
фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>783</b>	<b>20,18</b>	<b>17,3</b>	<b>92,84</b>	<b>614,76</b>
<b>полдник</b>					
макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,8
чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>12,43</b>	<b>11,94</b>	<b>44,9</b>	<b>323,69</b>
<b>Всего</b>	<b>1744</b>	<b>45,44</b>	<b>44,24</b>	<b>208,86</b>	<b>1424,86</b>



заведующая МБДОУ "Иванкинский  
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.

10.09.2024



Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,06	6,99	30,07	228
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>406</b>	<b>11,2</b>	<b>13,9</b>	<b>55,91</b>	<b>414,26</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из свежей капусты с морковью	60	1,56	4,43	1,94	53,88
суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	3,77	4,26	13,55	117,36
тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,5
каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	4,09	5,97	20,33	142,3
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>673</b>	<b>18,76</b>	<b>21,8</b>	<b>86,11</b>	<b>618,37</b>
<b>полдник</b>					
гребешки с повидлом	60	5,51	8,48	30,18	31,38
напиток из шиповника	180	0,61	0,23	6,68	24,1
фрукты свежие (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	51,6
<b>Итого</b>	<b>360</b>	<b>7,2</b>	<b>8,97</b>	<b>46,58</b>	<b>301,98</b>
<b>Всего</b>	<b>1619</b>	<b>42,38</b>	<b>49,18</b>	<b>196,16</b>	<b>1426,61</b>





Утверждаю  
заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.

11.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	5,47	6,75	29,1	199,5
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>406</b>	<b>11,43</b>	<b>14,44</b>	<b>55,46</b>	<b>401,96</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,78	13,2
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,75	5,79	6,02	95,57
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>702</b>	<b>20,1</b>	<b>17,16</b>	<b>73,55</b>	<b>536,66</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
<b>Итого</b>	<b>366</b>	<b>16,29</b>	<b>25,09</b>	<b>23,43</b>	<b>384,33</b>
<b>Всего</b>	<b>1674</b>	<b>48,82</b>	<b>56,68</b>	<b>172,65</b>	<b>1407,39</b>



Утверждаю  
Заведующая МБДОУ "Иванкинский  
детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.



12.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>14,37</b>	<b>13,83</b>	<b>65,78</b>	<b>445,69</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из моркови	60	0,8	0,06	4,55	21,8
рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной говядины	40/40	10,69	11,26	2,62	131,2
макаронные изделия отварные	130	3,92	3,36	27,64	145,06
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>682</b>	<b>21,91</b>	<b>23,32</b>	<b>94,43</b>	<b>661,03</b>
<b>полдник</b>					
слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
\фрукты свежие ( яблоко)	100	1,5	0,5	21	95
<b>Итого</b>	<b>328</b>	<b>4,58</b>	<b>3,89</b>	<b>41,87</b>	<b>245,26</b>
<b>Всего</b>	<b>1599</b>	<b>46,09</b>	<b>45,54</b>	<b>209,63</b>	<b>1443,98</b>



Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Иванкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряцова Е.В.



13.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>406</b>	<b>12,6</b>	<b>16,43</b>	<b>59,67</b>	<b>438,17</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
огурцы свежие	60	0,42	0,06	1,14	7,2
суп-лапша домашняя на курином бульоне	180	1,62	3,49	8,34	77,8
Биточки «Домашние»	70	10,38	8,1	14,95	154,75
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/2	3,13	2,48	31,72	161,79
компот из ююма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>667</b>	<b>18,87</b>	<b>14,79</b>	<b>100,18</b>	<b>598,73</b>
<b>полдник</b>					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
кондитерские изделия (печенье)	40	3	3,92	29,76	166,8
<b>Итого</b>	<b>376</b>	<b>27,81</b>	<b>24,23</b>	<b>69,22</b>	<b>606,38</b>
<b>Всего</b>	<b>1649</b>	<b>60,29</b>	<b>55,45</b>	<b>249,27</b>	<b>1727,72</b>



заведующая МБДОУ "Ивацкинский детский

сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.



16.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша «Дружба» мол. с маслом сл.	180/5	5,36	09,янв	29,49	229,05
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
оутерород с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>11,82</b>	<b>18,09</b>	<b>55,33</b>	<b>432,4</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток с сахаром (кефир)	183	5,22	4,5	10,19	102
<b>Обед</b>					
огурцы свежие порционно	60	0,42	0,06	1,14	7,2
суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	4,93	3,8	12,68	114,56
Котлеты рубленые из говядины	70	11,79	13,09	11,51	211,06
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
Напиток из сухофруктов	180	0,6	0,08	16,81	72
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>710</b>	<b>25,47</b>	<b>22,25</b>	<b>91,36</b>	<b>680,38</b>
<b>полдник</b>					
булочка дорожная	50	3,39	6,98	26,07	181
чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,01	23,94
фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого</b>	<b>336</b>	<b>3,85</b>	<b>7,4</b>	<b>41,88</b>	<b>251,94</b>
<b>Всего</b>	<b>1640</b>	<b>46,37</b>	<b>52,24</b>	<b>198,77</b>	<b>1466,72</b>



«Утверждаю»  
 заведующая МБДОУ «Ивацкинский  
 детский сад «Солнышко»  
 Кудряцова Е.В.



17.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша полбяная молочная с маслом сл.	180/3	4,81	7,85	29,38	207,32
какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>404</b>	<b>10,77</b>	<b>15,54</b>	<b>55,74</b>	<b>409,78</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок в ассортименте	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
салат из картофеля и зеленым горошком к/с	60	1,18	3,15	5,87	56,52
борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной	180/7	1,5	4,77	8,12	87,64
плов из отварной птицы	200	11,19	10,93	31,8	282,55
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,3
<b>Итого</b>	<b>697</b>	<b>18,88</b>	<b>19,73</b>	<b>101,02</b>	<b>677,79</b>
<b>полдник</b>					
запеканка творожная с молоком сгущенным	130/20	24,2	20,06	32,78	408,2
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
<b>Итого</b>	<b>343</b>	<b>24,33</b>	<b>20,09</b>	<b>39,01</b>	<b>434,68</b>
<b>Всего</b>	<b>1644</b>	<b>54,98</b>	<b>55,36</b>	<b>215,97</b>	<b>1606,69</b>







  
 Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Ивалдинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.

19.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/5	7,46	9,52	33,83	251,91
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	10,35	74,58
булгур с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>13,92</b>	<b>17,76</b>	<b>59,67</b>	<b>455,26</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,28	13,2
суп гороховый с картофелем на курином бульоне	180	3,95	3,79	11,91	106,74
фрикадельки из птицы	80	11,24	10,07	7,04	164
рагу из овощей	150	2,53	15,7	12,29	202,86
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,75
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>23,65</b>	<b>30,44</b>	<b>80,25</b>	<b>702,94</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
фрукты свежие (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	51,6
<b>Итого</b>	<b>456</b>	<b>15,08</b>	<b>25,09</b>	<b>18,38</b>	<b>365,36</b>
<b>Всего</b>	<b>1787</b>	<b>53,66</b>	<b>73,29</b>	<b>178,5</b>	<b>1608</b>



Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Иванкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Г.В.



20.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
суп молочный со звездочками	200	5,75	5,21	16,83	132,4
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	15,82	106,74
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>421</b>	<b>11,71</b>	<b>12,9</b>	<b>48,14</b>	<b>350,82</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180/3	5,22	4,5	10,19	102
<b>Обед</b>					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,36	3,66	5,01	56,34
рассольник домашний с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/5	3,63	5,59	9,39	110/15
запеканка картофельная с мясом, со сметанным соусом	150/30	17,88	18,84	21,55	317,99
компот из свежих яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>660</b>	<b>25,7</b>	<b>28,75</b>	<b>79,98</b>	<b>681,67</b>
<b>полдник</b>					
ватрушка королевская	150	18,44	10,96	58,36	404
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
<b>Итого</b>	<b>343</b>	<b>18,57</b>	<b>10,99</b>	<b>64,59</b>	<b>430,48</b>
<b>Всего</b>	<b>1607</b>	<b>61,2</b>	<b>57,14</b>	<b>202,9</b>	<b>1564,97</b>



Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Ивацкинский  
 детский сад "Солнышко"

Кудряшова Г.В.



23.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/5	5,19	6,78	24,95	197,44
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
бутероррод с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>411</b>	<b>11,83</b>	<b>15,01</b>	<b>50,92</b>	<b>401,97</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1		20,2	84,44
<b>Обед</b>					
огурцы свежие порционно	60	0,42	0,06	1,14	7,2
суп из овощей на мясном бульоне с мясом птицы ,со сметаной	180/10/7	3,67	6,5	6,87	106,12
котлеты рыбные	70	8,99	4,26	7,82	101,72
рис отварной рассыпчатый с маслом сливочным	130/3	3,14	5,46	32,56	192,01
напиток из сухофруктов	180	0,6	0,04	16,81	71,52
фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>783</b>	<b>20,18</b>	<b>17,3</b>	<b>92,84</b>	<b>614,76</b>
<b>полдник</b>					
макаронные изделия отварные с сыром	150	10,15	11,94	25,58	250,8
чай с мармеладом	160/10	0	0	19,32	72,89
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>12,43</b>	<b>11,94</b>	<b>44,9</b>	<b>323,69</b>
<b>Всего</b>	<b>1744</b>	<b>45,44</b>	<b>44,24</b>	<b>208,86</b>	<b>1424,86</b>



Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Ивашкинский  
 детский сад "Солнышко"

Кудряшова Е.В.



24.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/5	6,06	6,99	30,07	228
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	10,35	74,58
бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>406</b>	<b>11,2</b>	<b>13,9</b>	<b>55,91</b>	<b>414,26</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из свежей капусты с морковью	60	1,56	4,43	1,94	53,88
суп картофельный с клецками на курином бульоне	180	3,77	4,26	13,55	117,36
тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе	50/25	6,23	6,46	7,36	112,5
каша гречневая рассыпчатая с овощами с маслом сливочным	130/3	4,09	5,97	20,33	142,3
компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,09	103,14
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>673</b>	<b>18,76</b>	<b>21,8</b>	<b>86,11</b>	<b>618,37</b>
<b>полдник</b>					
гребешки с повидлом	60	5,51	8,48	30,18	31,38
напиток из шиповника	180	0,61	0,23	6,68	24,1
фрукты свежие (апельсин)	120	1,08	0,24	9,72	51,6
<b>Итого</b>	<b>360</b>	<b>7,2</b>	<b>8,97</b>	<b>46,58</b>	<b>301,98</b>
<b>Всего</b>	<b>1619</b>	<b>42,38</b>	<b>49,18</b>	<b>196,16</b>	<b>1426,61</b>



Утверждаю  
 заведующая МБДОУ "Иванкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряшова Е.В.



25.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная с маслом сливочным	180/5	5,47	6,75	29,1	199,5
Какао с молоком	180/6	3,67	3,19	10,87	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,29	4,5	15,49	111,68
<b>Итого</b>	<b>406</b>	<b>11,43</b>	<b>14,44</b>	<b>55,46</b>	<b>401,96</b>
<b>2 завтрак</b>					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
<b>Обед</b>					
помидоры свежие порционно	60	0,66	0,12	2,78	13,2
щи со свежей капустой и картофелем с мясными фрикадельками, со сметаной	180/10/7	3,75	5,79	6,02	95,57
биточки рубленые из рыбы	80	9,76	6,21	11,74	142,4
пюре картофельное	140	2,86	4,48	19,08	128,1
компот из урюка	180	0,4	0,02	16,6	68,2
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>702</b>	<b>20,1</b>	<b>17,16</b>	<b>73,55</b>	<b>536,66</b>
<b>полдник</b>					
омлет натуральный	150	13,94	24,83	2,64	289,66
Чай с сахаром	180/6	0,06	0,02	6,02	24,1
хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,77	70,57
<b>Итого</b>	<b>366</b>	<b>16,29</b>	<b>25,09</b>	<b>23,43</b>	<b>384,33</b>
<b>Всего</b>	<b>1674</b>	<b>48,82</b>	<b>56,68</b>	<b>172,65</b>	<b>1407,39</b>




  
 Утверждаю  
 Заведующая МБДОУ "Иванкинский  
 детский сад "Солнышко"  
 Кудряцова Е.В.

26.09.2024

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	7,73	5,6	39,81	241,16
Чай с молоком, с сахаром	180/6	3,03	2,4	10,48	75,76
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
<b>Итого</b>	<b>409</b>	<b>14,37</b>	<b>13,83</b>	<b>65,78</b>	<b>445,69</b>
<b>2 завтрак</b>					
кисломолочный напиток (кефир)	180	5,22	4,5	7,56	92
<b>Обед</b>					
салат из моркови	60	0,8	0,06	4,55	21,8
рассольник ленинградский на мясном бульоне, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной говядины	40/40	10,69	11,26	2,62	131,2
макаронные изделия отварные	130	3,92	3,36	27,64	145,06
кисель	180	0,54	0,09	16,18	75,24
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
<b>Итого</b>	<b>682</b>	<b>21,91</b>	<b>23,32</b>	<b>94,43</b>	<b>661,03</b>
<b>полдник</b>					
слойка сладкая	35	2,95	3,36	14,64	123,78
чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48
фрукты свежие (яблоко)	100	1,5	0,5	21	95
<b>Итого</b>	<b>328</b>	<b>4,58</b>	<b>3,89</b>	<b>41,87</b>	<b>245,26</b>
<b>Всего</b>	<b>1599</b>	<b>46,09</b>	<b>45,54</b>	<b>209,63</b>	<b>1443,98</b>







