

Утверждено
 И.О.заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Владимировна И.А.

04.03.2025



Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	11,2	13,9	55,91	414,26
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат картофельный с зеленым горошком к/с	60	1,18	3,15	5,87	56,32
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
Итого	673	18,38	20,52	90,04	621,01
полдник					
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 (яблоки)	120	0,48	0,48	9,72	56,4
Итого	360	6,6	9,21	48,62	306,78
Всего	1619	41,4	44,14	202,13	1434,05

И.О.заведующего МБДОУ
"Ивашкинский детский сад "Солнышко"
Владимирова М.А.



05.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	11,43	14,44	55,46	401,96
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,66	5,01	56,34
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
Итого	702	20,3	20,7	76,28	579,8
полдник					
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
Итого	366	16,29	25,09	23,43	384,33
Всего	1674	49,02	60,22	175,38	1450,53

Утверждаю
И.О. заведующего МБДОУ
"Ивашкинский детский сад "Солнышко"

Вед

Владимирова М.А.



06.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	409	14,37	13,83	65,78	445,69
2 завтрак					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,65	0,11	5,18	24,24
рассольник ленинградский на мясном бульоне из индейки, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной индейки	40/40	13,55		2,72	136,31
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
Итого	682	24,62	20,19	95,16	668,58
полдник					
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)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	348	3,56	3,87	32,63	206,66
Всего	1619	47,78	42,39	201,12	1412,93

Утверждаю
И.О.заведующего МБДОУ
"Ивашкинский детский сад "Солнышко"
Владимирова И.А.



07.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	12,6	16,43	59,67	438,17
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
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
Итого	657	19,94	17,32	102,17	633,33
полдник					
жаркое из индейки	180	17,46	19,61	17,05	316,23
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
кондитерские изделия (печенье)	40	3	3,92	29,76	166,8
Итого	406	21,07	23,78	53,49	514,41
Всего	1669	54,62	57,53	235,53	1670,35

И.О.заведующего МБДОУ "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
Владимирова М.А..



10.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша «Дружба» мол. с маслом сл.	180/5	5,36		29,49	229,05
Кофейный напиток с молоком	180/6	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
Итого	411	11,82	18,09	55,33	432,4
2 завтрак					
кисломолочный напиток с сахаром (кефир)	183	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
капуста тушеная (доп. гарнир)	50	1,03	1,62	4,71	37,55
суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	4,93	3,8	12,68	114,56
Котлеты рубленные 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
Итого	700	26,08	23,81	94,93	710,73
полдник					
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
Итого	336	3,85	7,4	41,88	251,94
Всего	1630	46,98	53,8	202,34	1497,07

«Утверждаю»
И.О.заведующего МБДОУ «Ивашкинский
детский сад «Солнышко»
Владимирова М.А.



11.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	404	10,77	15,54	55,74	409,78
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат с картофелем и солеными огурцами	60	0,73	4,7	5,38	66,83
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	45	2,31	0,42	13,86	69,3
Итого	697	18,43	21,28	100,53	688,1
полдник					
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
Итого	343	24,33	20,09	39,01	434,68
Всего	1644	54,53	56,91	215,48	1617

«Утверждаю»

И.О.заведующего МБДОУ «Ивашкинский
детский сад «Солнышко»»
Владимирова М.А.



12.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	11,38	13,89	56,04	415,44
2 завтрак					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,65	0,11	5,18	24,24
суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки с мясом индейки	180/10	3,96	4,06	8,76	91,14
биточки рубленые 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
Итого	703	21,38	13,97	96,46	610
полдник					
эч- почмак с мясным фаршем	100	11,2	6,35	37,9	268
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
Итого	286	11,81	6,6	44,58	299,38
Всего	1575	49,79	38,96	204,64	1416,82

Утверждаю

И.О. заведующего МБДОУ

"Ивашкинский детский сад "Солнышко"

Владимирова М.А.



13.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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 сырём, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	411	13,92	17,76	59,67	455,26
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
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
Итого	710	24,48	32,91	81,1	731,54
полдник					
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 (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	456	14,48	25,33	20,42	370,16
Всего	1777	53,89	76	181,39	1641,4

Утверждено
 И.О. заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад «Солнышко»"
 Владимирова М.А.



14.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	421	11,71	12,9	48,14	350,82
2 завтрак					
кисломолочный напиток (кефир)	180/3	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
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 изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	660	25,7	28,75	79,98	681,67
полдник					
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
Итого	343	18,57	10,99	64,59	430,48
Всего	1607	61,2	57,14	202,9	1564,97

Утверждаю
 И.О.заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Владимирова М.А.



18.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	11,2	13,9	55,91	414,26
2 завтрак					
кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат картофельный с зеленым горошком к/с	60	1,18	3,15	5,87	56,32
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
Итого	673	18,38	20,52	90,04	621,01
ПОЛДНИК					
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 (яблоки)	120	0,48	0,48	9,72	56,4
Итого	360	6,6	9,21	48,62	306,78
Всего	1619	41,4	44,14	202,13	1434,05

И.О.заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Владимирова М.А.



19.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	11,43	14,44	55,46	401,96
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	0,86	3,66	5,01	56,34
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
Итого	702	20,3	20,7	76,28	579,8
полдник					
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
Итого	366	16,29	25,09	23,43	384,33
Всего	1674	49,02	60,22	175,38	1450,53

Утверждаю
 И.О. заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад «Солнышко»"
 Владимирова М.А.



20.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	409	14,37	13,83	65,78	445,69
2 завтрак					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,65	0,11	5,18	24,24
рассольник ленинградский на мясном бульоне из индейки, со сметаной	180/7	2,99	8,01	25,6	198,54
гуляш из отварной индейки	40/40	13,55		2,72	136,31
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
Итого	682	24,62	20,19	95,16	668,58
полдник					
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)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	348	3,56	3,87	32,63	206,66
Всего	1619	47,78	42,39	201,12	1412,93

Утверждаю
 И.О.заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Владимирова М.А.



21.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	12,6	16,43	59,67	438,17
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
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 июма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	657	19,94	17,32	102,17	633,33
полдник					
жаркое из индейки	180	17,46	19,61	17,05	316,23
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
кондитерские изделия (печенье)	40	3	3,92	29,76	166,8
Итого	406	21,07	23,78	53,49	514,41
Всего	1669	54,62	57,53	235,53	1670,35

И.О.заведующего МБДОУ "Ивашкинский

детский сад "Солнышко"
Владимирова М.А..



24.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
Каша «Дружба» мол. с маслом сл.	180/5	5,36		29,49	229,05
Кофейный напиток с молоком	180/6	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
Итого	411	11,82	18,09	55,33	432,4
2 завтрак					
кисломолочный напиток с сахаром (кефир)	183	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
капуста тушеная (доп. гарнир)	50	1,03	1,62	4,71	37,55
суп вермишелевый с картофелем с мясными фрикадельками	180/10	4,93	3,8	12,68	114,56
Котлеты рубленные 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
Итого	700	26,08	23,81	94,93	710,73
полдник					
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
Итого	336	3,85	7,4	41,88	251,94
Всего	1630	46,98	53,8	202,34	1497,07

«Утверждаю»
И.О.заведующего МБДОУ «Ивашкинский
детский сад «Солнышко»
Владимирова М.А.



25.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	404	10,77	15,54	55,74	409,78
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат с картофелем и солеными огурцами	60	0,73	4,7	5,38	66,83
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	45	2,31	0,42	13,86	69,3
Итого	697	18,43	21,28	100,53	688,1
полдник					
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
Итого	343	24,33	20,09	39,01	434,68
Всего	1644	54,53	56,91	215,48	1617

«Утверждено»

И.О.заведующего МБДОУ «Иванкинский
детский сад «Солнышко»»
Владимирова М.А.



26.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	406	11,38	13,89	56,04	415,44
2 завтрак					
кисломолочный напиток (катык)	180	5,22	4,5	7,56	92
Обед					
салат из припущенной моркови с яблоками	60	0,65	0,11	5,18	24,24
суп картофельный с пшенной крупой на бульоне из индейки с мясом индейки	180/10	3,96	4,06	8,76	91,14
биточки рубленые 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
Итого	703	21,38	13,97	96,46	610
полдник					
эч- почмак с мясным фаршем	100	11,2	6,35	37,9	268
напиток из шиповника	180/6	0,61	0,25	6,68	31,38
Итого	286	11,81	6,6	44,58	299,38
Всего	1575	49,79	38,96	204,64	1416,82

Утверждаю
 И.О. заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Владимировна М.А.



27.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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 сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	411	13,92	17,76	59,67	455,26
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1	0	20,2	84,44
Обед					
салат из зеленого горошка к/с	50	1,49	2,59	3,13	41,8
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
Итого	710	24,48	32,91	81,1	731,54
полдник					
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 (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого	456	14,48	25,33	20,42	370,16
Всего	1777	53,89	76	181,39	1641,4

Утверждаю
 И.О. заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 Владимирова М.А.



28.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Итого	421	11,71	12,9	48,14	350,82
2 завтрак					
кисломолочный напиток (кефир)	180/3	5,22	4,5	10,19	102
Обед					
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 изюма и яблок	180	0,35	0,12	26,2	108
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,84	89,19
Итого	660	25,7	28,75	79,98	681,67
полдник					
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
Итого	343	18,57	10,99	64,59	430,48
Всего	1607	61,2	57,14	202,9	1564,97

Утверждаю
 И.О. заведующего МБДОУ
 "Ивашкинский детский сад "Солнышко"
 В.О. Владимирова М.А.



31.03.2025

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет. ценность
		белки	жиры	углеводы	
Завтрак					
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
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	30/5/5	3,61	5,83	15,49	128,77
Итого	411	11,83	15,01	50,92	401,97
2 завтрак					
сок (нектар) разливной	200	1		20,2	84,44
Обед					
икра морковная	50	1,01	0,05	10,28	45,6
суп из овощей на курином 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	0,08	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
Итого	775	20,77	17,29	101,98	653,16
полдник					
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
Итого	350	12,43	11,94	44,9	323,69
Всего	1736	46,03	44,23	218	1463,26