УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

27.05.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | | | | ***ЭЦ, ккал*** | | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | | ***Жиры, г*** | | ***Углеводы, г*** | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| Каша рисовая на молоке | 150 | | 4,5 | | 4,3 | | 26,9 | | 177,6 | №177 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | | 2,37 | | 2,01 | | 11,96 | | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом | 30/8 | | 2,34 | | 6,04 | | 14,76 | | 123,16 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 338 | | 9,21 | | 12,35 | | 53,62 | | 376,17 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | - |
| **Обед** |  | |  | |  | |  | |  |  |
| Суп рыбный | 150 | | 3,63 | | 2,13 | | 7,31 | | 71,4 | №84 сб.2011г. |
| Гуляш с мясом | 60 | | 6,6 | | 14,7 | | 2,0 | | 89 | №277 сб.2012г. |
| Гречневый гарнир | 120 | | 3,49 | | 3,19 | | 15,8 | | 106,84 | №165 сб.2012г. |
| Салат из свеклы с чесноком | 40 | | 2,04 | | 5,68 | | 2,84 | | 65,8 | №22 сб.2012г. |
| Компот из сух. фруктов | 150 | | 0,33 | | 0,01 | | 20,82 | | 84,75 | №376 сб.2011г. |
| Хлеб ржаной | 40 | | 2,64 | | 0,48 | | 15,84 | | 78,24 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 550 | | 16,45 | | 25,66 | | 67,27 | | 408,78 | - |
| **Полдник** |  | |  | |  | |  | |  |  |
| Запеканка творожно-манная со сгущенным молоком\* | 120 | | 7,36 | | 5,13 | | 13,63 | | 130,13 | №223 сб.2011г. |
| Чай  Булка | 150  15 | | 0,15  1,18 | | 0  0,15 | | 1,05  7,24 | | 42  35,25 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Яблоко | 71,3 | | 0,28 | | 0,28 | | 6,9 | | 33,57 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 356,3 | | 10,49 | | 5,56 | | 28,82 | | 240,95 | - |
| **Итого за день** | 1344,3 | | 36,15 | 43,57 | | | 159,81 | | 1,068 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

27.05.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | | | | ***ЭЦ, ккал*** | | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | | ***Жиры, г*** | | ***Углеводы, г*** | |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| Каша рисовая на молоке | 200 | | 5,55 | | 7,47 | | 29,08 | | 192 | №177 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | | 2,85 | | 2,41 | | 14,35 | | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом | 40/10 | | 3,12 | | 7,57 | | 18,27 | | 132,40 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 440 | | 11,52 | | 17,38 | | 61,7 | | 414,40 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | - |
| **Обед** |  | |  | |  | |  | |  |  |
| Суп рыбный | 200 | | 4,8 | | 2,84 | | 9,75 | | 95,2 | №84 сб.2011г. |
| Гуляш с мясом | 80 | | 9,17 | | 20,58 | | 2,73 | | 233,1 | №277 сб.2012г. |
| Гречневый гарнир | 150 | | 4,43 | | 4,45 | | 20,01 | | 137,72 | №165 сб.2012г. |
| Салат из свеклы с чесноком | 50 | | 2,55 | | 7,1 | | 3,55 | | 71,2 | №22 сб.2012г. |
| Компот из сух. Фруктов | 180 | | 0,39 | | 0,01 | | 24,99 | | 99 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 50 | | 3,3 | | 0,6 | | 16,7 | | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 700 | | 21,64 | | 35 | | 81,28 | | 702,82 | - |
| **Полдник** |  | |  | |  | |  | |  |  |
| Запеканка творожно-манная со сгущенным молоком | 150 | | 8,1 | | 6,75 | | 16,5 | | 159,15 | №223 сб.2011г. |
| Чай  Булка | 180  1,58 | | 0,18  0,2 | | 0  9,66 | | 12,6  7,35 | | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Яблоко | 75 | | 0,3 | | 0,3 | | 7,35 | | 35,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 425 | | 10,16 | | 7,25 | | 46,11 | | 295,4 | - |
| **Итого за день** | 1655 | | 44,02 | 59,63 | | | 199,19 | | 1413,11 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

28.05.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | | ***Пищевые вещества (г)*** | | | | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | | ***Жиры, г*** | | | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| Каша пшенная на молоке | 150 | | 4,0 | | 4,55 | | 27,48 | | 166,87 | №168сб.2012г. |
| Какао с молоком | 150 | | 2,55 | | 2,65 | | 13,18 | | 86,77 | №382 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр | 30/8/6,7 | | 5,0 | | 6,54 | | 14,46 | | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 344,7 | | 12,81 | | 15,26 | | 48,93 | | 383,6 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | №389 сб.2011г. |
| **Итого за прием** | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | | 150 | 1,22 | | 3 | | 8,46 | | 65,85 | №58 сб.2011г. |
| Котлета рыбная | | 70 | 5,45 | | 6,52 | | 7,47 | | 109,76 | №234 сб.2011г. |
| Рисовый гарнир, подлива | | 120 | 2,11 | | 2,77 | | 22,22 | | 122,34 | №165 сб.2012г. |
| Салат «Витаминный» | | 40 | 0,05 | | 2,04 | | 4,47 | | 36,42 | №54 сб.2012г. |
| Компот из сух. фруктов | | 150 | 0,33 | | 0,01 | | 20,82 | | 84,75 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | | 40 | 2,64 | | 0,48 | | 15,84 | | 78,24 | Тех. Карта №2 |
| **Итого за прием** | | 560 | 12,67 | | 15,5 | | 79,49 | | 508,54 | - |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| Булочка домашняя | | 50 | | 3,64 | 6,26 | 26,96 | | | 179 | № 469 сб.2012г. |
| Чай  Булка | | 150  15 | | 0,15  1,18 | 0  0,15 | 10,5  7,24 | | | 42  5,25 | №391 сб.2012г.  Тех. Карта №1 |
| Апельсин | | 71,3 | | 0,64 | 0,14 | 5,77 | | | 30,65 | Тех. Карта №69 |
| **Итого за прием** | | 286,3 | | 5,61 | 6,55 | 50,47 | | | 256,9 | - |
| **Итого за день** | | 1,291 | 31,79 | | 37,31 | | 188,9 | | 1,191 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

28.05.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | | ***Пищевые вещества (г)*** | | | | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | | ***Жиры, г*** | | | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | |
| Каша пшенная на молоке | 200 | | 5,33 | | 6,07 | | 36,65 | | 222,5 | №168сб.2012г. |
| Какао с молоком | 180 | | 3,2 | | 3,18 | | 15,82 | | 104,7 | №382 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр | 40/10/10 | | 6,72 | | 8,78 | | 19,41 | | 184 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 440 | | 16,93 | | 20,05 | | 63,62 | | 501,7 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | | 0,5 | | 0 | | 10,1 | | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | | | | | |
| Свекольник со сметаной | | 200 | 1,63 | | 4,0 | | 11,28 | | 87,8 | №58 сб.2011г. |
| Котлета рыбная | | 80 | 6,70 | | 7,57 | | 8,47 | | 129,09 | №234 сб.2011г. |
| Рисовый гарнир, подлива | | 150 | 2,47 | | 3,65 | | 25,93 | | 146,42 | №165 сб.2012г. |
| Салат «Витаминный» | | 50 | 0,06 | | 2,55 | | 5,58 | | 45,53 | №54 сб.2012г. |
| Компот из сух. Фруктов | | 180 | 0,39 | | 0,01 | | 24,99 | | 99 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | | 50 | 3,3 | | 0,6 | | 16,7 | | 87 | Тех. Карта №2 |
| **Итого за прием** | | 700 | 15,64 | | 19,23 | | 93,17 | | 608,81 | - |
| **Полдник** | | | | | | | | | | |
| Булочка домашняя | | 60 | | 4,36 | 8,26 | 28,73 | | | 155,5 | № 469 сб.2012г. |
| Чай  Булка | | 180  20 | | 0,18  1,58 | 0  0,2 | 12,6  9,66 | | | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. Карта №1 |
| Апельсин | | 75 | | 0,67 | 0,15 | 6,07 | | | 32,25 | Тех. Карта №69 |
| **Итого за прием** | | 335 | | 6,42 | 8,76 | 58,34 | | | 291,75 | - |
| **Итого за день** | | 1575 | 39,69 | | 48,04 | | 225,23 | | 1444,6 | - |
|  | |  |  | |  | |  | |  |  |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

29.05.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Каша геркулесовая (овсяная) молочная | 150 | | 4,2 | 2,9 | 17,04 | 111,58 | №173 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом | 30/8 | | 2,34 | 6,04 | 14,76 | 123,16 | Тех. Карта №1 |
| **Итого за прием** | 338 | | 8,91 | 10,95 | 43,76 | 310,15 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | | 0 | 10,1 | 42,4 | №389 сб.2011г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой | 150 | 1,30 | | 1,70 | 8,57 | 54,9 | №80 сб.2012г. |
| Капуста, тушенная с мясом | 160 | 2,44 | | 5,13 | 9,98 | 101,76 | №132 сб.2012г. |
| Кисель | 150 | 0 | | 0 | 22,5 | 108,75 | № 383 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. Карта №2 |
| **Итого за прием** | 500 | 5,98 | | 7,31 | 56,89 | 343,65 | - |
| **Полдник** | | | | | | | |
| Сырники со сгущенным молоком | 100 | 8,87 | | 10,53 | 27,0 | 280,13 | №219 сб.2011г. |
| Чай  Булка | 150  15 | 0,15  1,18 | | 0  0,15 | 10,5  7,24 | 42  5,25 | №391 сб.2012г  Тех. Карта №1 |
| Яблоко | 71,3 | 0,28 | | 0,28 | 6,9 | 33,57 | Тех. Карта №69 |
| **Итого за прием** | 336,3 | 10,48 | | 10,96 | 51,64 | 360,95 | - |
| **Итого за день** | 1,274 | 26,07 | | 29,22 | 162,39 | 1,057 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

29.05.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование***  ***блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | | |
| Каша геркулесовая (овсяная) молочная | 200 | | 5,84 | 4,4 | 22,72 | 153,84 | №173 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | | 2,85 | 2,41 | 14,35 | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом | 40/10 | | 3,12 | 7,57 | 18,27 | 132,40 | Тех. Карта №1 |
| **Итого за прием** | 430 | | 11,81 | 14,38 | 55,34 | 376,73 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2011г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | | |
| Суп картофельный с крупой | 200 | 1,74 | | 2,27 | 11,43 | 73,2 | №80 сб.2011г. |
| Капуста, тушенная с мясом | 180 | 2,75 | | 5,74 | 11,23 | 114,48 | №132 сб.2012г. |
| Кисель | 180 | 0 | | 0 | 27 | 116,1 | № 383 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. Карта №2 |
| **Итого за прием** | 610 | 7,79 | | 8,61 | 66,36 | 390,78 | - |
| **Полдник** | | | | | | | |
| Сырники со сгущенным молоком | 120 | 12,27 | | 14,5 | 37,3 | 387,8 | №219 сб.2011г. |
| Чай  Булка | 180  20 | 0,18  1,58 | | 0  0,2 | 12,6  9,66 | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. Карта №1 |
| Яблоко | 75 | 0,3 | | 0,3 | 7,35 | 35,25 | Тех. Карта №69 |
| **Итого за прием** | 395 | 14,7 | | 14,85 | 65,63 | 521,05 | - |
| **Итого за день** | 1535 | 35 | | 37,84 | 197,43 | 1330,9 | - |

УТВЕРЖДАЮ

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

30.05.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование***  ***блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Омлет натуральный | 90 | 5,6 | 6,48 | 1,58 | 87,04 | №210 сб.2011г. |
| Кукуруза консервированная | 10 | 0,5 | 0,02 | 0,83 | 5,5 | Тех. карта №3 |
| Какао с молоком | 150 | 2,55 | 2,65 | 13,18 | 86,77 | №382 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр | 30/8/6,7 | 5,0 | 6,54 | 14,46 | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 294,7 | 13,65 | 15,69 | 30,05 | 316,39 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп крестьянский со сметаной | 150 | 2,55 | 5,73 | 11,3 | 107,5 | №33 сб.2011г. |
| Жаркое по-домашнему с мясом | 150 | 8,2 | 8,5 | 16,9 | 177,2 | №276 сб.2012г. |
| Салат из свежей моркови с чесноком | 40 | 0,49 | 2,03 | 4,4 | 39,23 | №41 сб.2012г. |
| Компот из сух. фруктов | 150 | 0,33 | 0,01 | 20,82 | 84,75 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 440 | 14,21 | 16,75 | 69,26 | 486,92 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Ватрушка с повидлом | 50 | 3,09 | 1,61 | 27,6 | 137,5 | №459 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Апельсин | 71,3 | 0,64 | 0,14 | 5,77 | 30,65 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 271,3 | 6,1 | 3,76 | 45,33 | 243,56 | - |
| **Итого за день** | 1106 | 34,66 | 36,2 | 154,74 | 1089,2 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова 30.05.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Омлет натуральный | 90 | 5,6 | 6,48 | 1,58 | 87,04 | №210 сб.2011г. |
| Кукуруза консервированная | 10 | 0,5 | 0,02 | 0,83 | 5,5 | Тех. карта №3 |
| Какао с молоком | 150 | 2,55 | 2,65 | 13,18 | 86,77 | №382 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр | 30/8/6,7 | 5,0 | 6,54 | 14,46 | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 294,7 | 13,65 | 15,69 | 30,05 | 316,39 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп крестьянский со сметаной | 150 | 2,55 | 5,73 | 11,3 | 107,5 | №33 сб.2011г. |
| Жаркое по-домашнему с мясом | 150 | 8,2 | 8,5 | 16,9 | 177,2 | №276 сб.2012г. |
| Салат из свежей моркови с чесноком | 40 | 0,49 | 2,03 | 4,4 | 39,23 | №41 сб.2012г. |
| Компот из сух. фруктов | 150 | 0,33 | 0,01 | 20,82 | 84,75 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 440 | 14,21 | 16,75 | 69,26 | 486,92 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Ватрушка с повидлом | 50 | 3,09 | 1,61 | 27,6 | 137,5 | №459 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Апельсин | 71,3 | 0,64 | 0,14 | 5,77 | 30,65 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 271,3 | 6,1 | 3,76 | 45,33 | 243,56 | - |
| **Итого за день** | 1106 | 34,66 | 36,2 | 154,74 | 1089,2 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

31.05.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша «Дружба» на молоке | 150 | 3,5 | 4,3 | 18,6 | 127,8 | №175 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом, сыр | 30/8/6,7 | 5,0 | 6,54 | 14,46 | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 344,7 | 10,87 | 12,85 | 45,02 | 340,29 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Борщ со сметаной | 150 | 1,08 | 2,98 | 6,56 | 57,38 | №82 сб.2011г. |
| Котлета мясная | 60 | 7,1 | 9,2 | 6,9 | 138,8 | №268 сб.2011г. |
| Макароны отварные, подлива | 120 | 3,08 | 3,65 | 26,07 | 149,45 | №204 сб.2012г. |
| Салат из свежих огурцов | 40 | 2,04 | 5,68 | 2,84 | 71,2 | №22 сб.2004г. |
| Компот из свежих фруктов | 150 | 0,06 | 0,06 | 11,55 | 46,98 | №342 сб.2011г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 560 | 16 | 22,05 | 69,76 | 542,05 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Яйцо отварное | 1/2 | 2,54 | 2,3 | 0,14 | 31,5 | №213 сб.2012г. |
| Вафля | 22,5 | 0,62 | 0,74 | 17,38 | 78,66 | Тех. карта №70 |
| Чай  Булка | 150  15 | 0,15  1,18 | 0  0,15 | 10,5  7,24 | 42  5,25 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Яблоко | 71,3 | 0,28 | 0,28 | 6,9 | 33,57 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 258,8 | 7,33 | 5,77 | 42,32 | 222,48 | - |
| **Итого за день** | 1263,5 | 34,9 | 40,67 | 167,2 | 1147 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

31.05.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша «Дружба» на молоке | 200 | 4,2 | 5,4 | 24,6 | 164,5 | №175 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,35 | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом, сыр | 40/10/10 | 6,72 | 8,78 | 19,41 | 184 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 420 | 13,77 | 16,59 | 58,36 | 438,99 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Борщ со сметаной | 200 | 1,8 | 3,93 | 8,74 | 76,17 | №82 сб.2011г. |
| Котлета мясная | 70 | 8,28 | 11,7 | 8,85 | 173,82 | №268 сб.2011г. |
| Макароны отварные, подлива | 140 | 4,54 | 4,57 | 35,31 | 200,53 | №204 сб.2012г. |
| Салат из свежих огурцов | 50 | 2,55 | 7,1 | 3,55 | 89 | №22 сб.2004г. |
| Компот из свежих фруктов | 180 | 0,08 | 0,08 | 14,26 | 58,08 | №342 сб.2011г. |
| Хлеб | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 690 | 20,55 | 27,98 | 87,41 | 684,6 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Яйцо отварное | 1/2 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | №213 сб.2012г. |
| Вафля | 37,5 | 1,04 | 1,23 | 28,98 | 131,25 | Тех.карта №70 |
| Чай  Булка | 180  20 | 0,18  0,2 | 0  0,2 | 12,6  9,66 | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Яблоко | 75 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 35,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 312,5 | 6,82 | 6,33 | 58,89 | 330,5 | - |
| **Итого за день** | 1522,5 | 41,84 | 50,9 | 214,76 | 1496,4 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

03.06.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша манная на молоке | 150 | 4,1 | 3,8 | 18,2 | 126,2 | №181 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2011г. |
| Булка с маслом | 30/8 | 2.34 | 6,04 | 14,76 | 123,16 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 338 | 8,81 | 12,05 | 44,92 | 324,77 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | № 389 сб.2011г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп картофельный | 150 | 1,4 | 1,6 | 9,9 | 60,75 | №77 сб.2012г. |
| Ленивые голубцы со сметаной | 150 | 8,88 | 13,85 | 19,59 | 238,53 | №287 сб.2011г. |
| Кисель | 150 | 0 | 0 | 22,5 | 108,75 | №383 сб.2011г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 490 | 12,92 | 15,98 | 67,83 | 486,27 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Запеканка творожно-пшенная со сгущенным молоком | 120 | 6,36 | 6,02 | 43,48 | 186,96 | №102 сб.2004г. |
| Чай  Булка | 150  15 | 0,15  1,18 | 0  0,15 | 10,5  7,24 | 42  5,25 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Апельсин | 71,3 | 0,64 | 0,14 | 5,77 | 30,65 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 365,3 | 8,33 | 6,31 | 66,99 | 268,86 |  |
| **Итого за день** | 1284,3 | 30,76 | 34,34 | 189,84 | 1122,3 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

03.05.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша манная на молоке | 200 | 4,9 | 4,0 | 25,49 | 157,56 | №181 сб.2011г. |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,35 | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом | 40/10 | 3,12 | 7,57 | 18,27 | 132,40 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 430 | 10,87 | 13,98 | 58,11 | 380,45 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | № 399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп картофельный | 200 | 1,8 | 2,26 | 13,30 | 81,0 | №77 сб.2012г. |
| Ленивые голубцы со сметаной | 180 | 10,8 | 14,15 | 19,5 | 246,14 | №287 сб.2011г. |
| Кисель | 180 | 0 | 0 | 27 | 116,1 | №383 сб.2011г. |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 610 | 21 | 13,06 | 76,5 | 530,1 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Запеканка творожно-пшенная со сгущенным молоком | 150 | 9,9 | 9,4 | 67,95 | 330,45 | №102 сб.2004г. |
| Чай  Булка | 180  20 | 0,18  1,58 | 0  0,2 | 12,6  9,66 | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Апельсин | 75 | 0,67 | 0,15 | 6,07 | 32,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 425 | 12,33 | 9,75 | 96,28 | 463,7 | - |
| **Итого за день** | 1565 | 44,9 | 36,79 | 240,9 | 1416,6 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

04.06.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование***  ***блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша геркулесовая (овсяная) молочная | 150 | 4,2 | 2,9 | 17,04 | 111,58 | №173 сб.2011г. |
| Какао с молоком | 150 | 2,55 | 2,65 | 13,18 | 86,77 | №383 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр | 30/8 | 5,0 | 6,54 | 14,46 | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 344,7 | 11,75 | 12,09 | 44,68 | 335,43 | - |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Щи со сметаной | 150 | 1,4 | 5,22 | 4,72 | 71,4 | №88 сб.2011г. |
| Котлета рыбная | 60 | 5,45 | 6,52 | 7,47 | 109,76 | №234 сб.2011г. |
| Рисовый гарнир, подлива | 120 | 2,11 | 2,77 | 22,22 | 122,34 | №171 сб.2011г. |
| Икра свекольная | 40 | 0,92 | 2,72 | 4,68 | 47,6 | №54 сб.2012г. |
| Компот из сух. фруктов | 150 | 0,33 | 0,01 | 20,82 | 84,75 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 560 | 12,85 | 17,98 | 75,75 | 516,04 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Булочка домашняя | 50 | 3,64 | 6,26 | 26,96 | 179 | №469 сб.2012г. |
| Чай  Булка | 150  15 | 0,15  1,18 | 0  0,15 | 10,5  7,24 | 42  5,25 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Яблоко | 71,3 | 0,28 | 0,28 | 6,9 | 33,57 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 286,3 | 5,25 | 6,69 | 51,6 | 259,82 | - |
| **Итого за день** | 1291 | 30,55 | 36,71 | 182,13 | 1153,6 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

04.06.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюда*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша геркулесовая (овсяная) молочная | 200 | 5,84 | 4,4 | 22,72 | 153,84 | №173 сб.2011г. |
| Какао с молоком | 180 | 3,2 | 3,18 | 15,82 | 104,7 | №383 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр | 40/10/10 | 6,72 | 8,78 | 19,41 | 184 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 440 | 15,76 | 16,36 | 57,95 | 442,54 | - |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |
| Фруктовый сок | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2011г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Щи со сметаной | 200 | 1,75 | 5,43 | 5,9 | 73,35 | №88 сб.2011г. |
| Котлета рыбная | 70 | 6,70 | 7,57 | 8,47 | 129,09 | №234 сб.2011г. |
| Рисовый гарнир, подлива | 150 | 2,47 | 3,65 | 25,93 | 146,42 | №171 сб.2011г. |
| Икра свекольная | 50 | 1,15 | 3,4 | 5,8 | 59,5 | №54 сб.2012г. |
| Компот из сух. Фруктов | 180 | 0,39 | 0,01 | 24,99 | 99 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 700 | 15,76 | 20,45 | 87,79 | 592,41 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Булочка домашняя | 60 | 4,36 | 8,26 | 28,73 | 155,5 | №469 сб.2012г. |
| Чай  Булка | 180  20 | 0,18  1,58 | 0  0,2 | 12,6  9,66 | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Яблоко | 75 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 35,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 335 | 6,79 | 8,61 | 57,06 | 288,75 | - |
| **Итого за день** | 1575 | 39,01 | 45,42 | 212,9 | 1366,1 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

05.06.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью. | 150 | 3,62 | 2,81 | 11,61 | 86,24 | №93 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке. | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом. | 30/8 | 2,34 | 6,04 | 14,76 | 123,16 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 338 | 8,33 | 10,86 | 38,33 | 284,81 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Сок фруктовый. | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2011Г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп-пюре гороховый. | 150 | 2,62 | 2,3 | 10,3 | 72,38 | №102 сб.2011г. |
| Гуляш с мясом | 60 | 6,6 | 14,7 | 2,0 | 189 | №277 сб.2012г. |
| Гречневый гарнир. | 120 | 3,49 | 3,19 | 15,8 | 106,84 | №171 сб.2011г. |
| Салат из свеклы с зеленым горошком | 40 | 0,66 | 1,66 | 3,27 | 30,84 | №34 сб.2012г. |
| Компот из сух. фруктов | 150 | 0,33 | 0,01 | 20,82 | 84,75 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб. Ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 550 | 16,34 | 22,34 | 68,03 | 380,05 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Лапшевник со сгущенным молоком | 120 | 7,02 | 5,54 | 15,06 | 138,18 | №208 сб.2011г. |
| Чай  Булка | 150  15 | 0,15  1,18 | 0  0,15 | 10,5  7,24 | 42  5,25 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Апельсин | 71,3 | 0,64 | 0,14 | 5,77 | 30,65 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 356,3 | 8,99 | 5,83 | 38,57 | 216,08 | - |
| **Итого за день** | 1344,3 | 34,36 | 39,03 | 155,03 | 923,34 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

05.06.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Суп молочный с вермишелью. | 200 | 5,37 | 4,32 | 22,63 | 150,88 | №93 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке. | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,35 | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом. | 40/10 | 3,12 | 7,57 | 18,27 | 132,4 | Тех. карта №1 |
| **Итого за прием** | 418 | 11,34 | 14,3 | 55,25 | 372,89 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Сок фруктовый. | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2011Г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп-пюре гороховый. | 200 | 3,19 | 2,84 | 14,03 | 94,31 | №102 сб.2011г. |
| Гуляш с мясом | 80 | 9,17 | 20,58 | 2,73 | 233,1 | №277 сб.2012г. |
| Гречневый гарнир. | 150 | 4,43 | 4,45 | 20,01 | 137,72 | №171 сб.2011г. |
| Салат из свеклы с зеленым горошком | 50 | 0,83 | 2,08 | 4,09 | 38,55 | №34 сб.2012г. |
| Компот из сух. Фруктов | 180 | 0,39 | 0,01 | 24,9 | 99 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб. | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 700 | 21,31 | 30,56 | 82,55 | 689,68 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Лапшевник со сгущенным молоком | 150 | 8,55 | 6,9 | 18,11 | 168,74 | №208 сб.2011г. |
| Чай  Булка | 180  20 | 0,18  1,58 | 0  0,2 | 12,6  9,66 | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Апельсин | 75 | 0,67 | 0,15 | 6,07 | 32,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 425 | 10,9 | 7,25 | 46,4 | 301,9 | - |
| **Итого за день** | 1643 | 44,25 | 52,11 | 194,3 | 1406,8 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

06.06.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Омлет натуральный. | 90 | 5,6 | 6,48 | 1,58 | 87,04 | №210 сб.2011г. |
| Кукуруза консервированная. | 10 | 0,5 | 0,02 | 0,83 | 5,5 | Тех. карта №3 |
| Какао с молоком. | 150 | 2,55 | 2,65 | 13,18 | 86,77 | №382 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр. | 30/8/6,7 | 5,0 | 6,54 | 14,46 | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 294,7 | 13,65 | 15,69 | 30,05 | 316,39 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | |  |
| Сок фруктовый. | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Рассольник со сметаной | 150 | 1,61 | 5,38 | 11,6 | 101,02 | №76 сб.2012г. |
| Котлета мясная. | 60 | 7,1 | 9,2 | 6,9 | 138,8 | №268 сб.2011г. |
| Отварные макароны, подлива. | 120 | 3,08 | 2,03 | 4,4 | 149,45 | №204 сб.2012г. |
| Салат из моркови с чесноком | 40 | 0,49 | 3,65 | 26,07 | 39,23 | №41 сб.2012г. |
| Компот из сух. Фруктов | 150 | 0,33 | 0,01 | 20,82 | 84,75 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб. Ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 560 | 15,25 | 20,75 | 85,63 | 591,49 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Пирог с повидлом | 50 | 3,09 | 1,61 | 27,6 | 137,5 | №459 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке. | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Булка. | 15 | 1,18 | 0,15 | 7,27 | 35,25 | Тех. карта №1 |
| Яблоко | 71,3 | 0,28 | 0,28 | 6,9 | 33,57 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 286,3 | 6,88 | 4,02 | 53,84 | 281,64 | - |
| **Итого за день** | 1241 | 36,48 | 40,46 | 179,62 | 1231,9 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

06.06.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Омлет натуральный. | 100 | 6,12 | 7,2 | 1,75 | 96,28 | №210 сб.2011г. |
| Кукуруза консервированная. | 20 | 1 | 0,04 | 1,66 | 14 | Тех. карта №3 |
| Какао с молоком. | 180 | 3,2 | 3,18 | 15,82 | 104,7 | №382 сб.2011г. |
| Булка с маслом, сыр. | 40/10/10 | 6,72 | 8,78 | 19,41 | 184 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 360 | 17,04 | 19,2 | 38,64 | 395,98 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | |  |
| Сок фруктовый. | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Рассольник со сметаной | 200 | 1,6 | 6,1 | 11,8 | 102,06 | №74 сб.2012г. |
| Котлета мясная. | 70 | 8,28 | 11,7 | 8,85 | 173,82 | №268 сб.2011г. |
| Отварные макароны, подлива. | 140 | 4,54 | 4,57 | 35,31 | 200,53 | №204 сб.2012г. |
| Салат из моркови с чесноком | 50 | 0,78 | 3,05 | 7,14 | 58,93 | №41 сб.2012г. |
| Компот из сух. Фруктов | 180 | 0,39 | 0,01 | 24,99 | 99 | №376 сб.2012г. |
| Хлеб. | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 690 | 18,89 | 26,03 | 104,79 | 721,34 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Пирог с повидлом | 60 | 3,7 | 1,93 | 33,1 | 165,0 | №459 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке. | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,35 | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка. | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,88 | Тех. карта №1 |
| Яблоко | 75 | 0,3 | 0,3 | 7,35 | 35,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 335 | 8,34 | 4,08 | 63,64 | 337,62 | - |
| **Итого за день** | 1485 | 44,97 | 49,31 | 217,17 | 1497,3 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

07.06.2024г. Возрастная категория 1-3 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша пшенная молочная. | 150 | 4,0 | 4,55 | 27,48 | 166,87 | №168 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке | 150 | 2,37 | 2,01 | 11,96 | 75,41 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом, сыр. | 30/8/6,7 | 5,0 | 6,54 | 14,46 | 137,08 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 344,7 | 11,37 | 13,1 | 53,9 | 379,36 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Сок фруктовый. | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп полевой | 150 | 1,30 | 1,70 | 8,57 | 54,9 | №101 сб.2011г. |
| Оладьи из печени | 60 | 8,04 | 5,83 | 9,66 | 123,27 | №282 сб.2011г. |
| Картофельное пюре. | 120 | 2,5 | 3,8 | 15,8 | 107,4 | №312 сб.2011г. |
| Икра свекольная | 40 | 0,92 | 2,72 | 4,68 | 47,6 | №54 сб.2012г. |
| Компот из свежих фруктов. | 150 | 0,06 | 0,06 | 11,55 | 46,98 | №342 сб.2011г. |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 15,84 | 78,24 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 560 | 15,46 | 14,59 | 66,1 | 458,39 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Яйцо отварное | ½ | 2,54 | 2,3 | 0,14 | 31,5 | №213 сб.2012г. |
| Печенье | 22,5 | 0,62 | 0,74 | 17,38 | 78,66 | Тех. карта №70 |
| Чай  Булка | 150  15 | 0,15  1,18 | 0  0,15 | 10,5  7,24 | 42  5,25 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Апельсин | 71,3 | 0,64 | 0,14 | 5,77 | 30,65 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 243,95 | 5,13 | 3,33 | 41,03 | 188,06 | - |
| **Итого за день** | 1248,6 | 32,66 | 31,02 | 171,13 | 1068,21 | - |

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад № 8 п.Шаталово-1»

Л.М.Тетеревятникова

07.06.2024г. Возрастная категория 3-7 лет

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Приём пищи/Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Пищевые вещества (г)*** | | | ***ЭЦ, ккал*** | ***№ рецептуры*** |
| ***Белки, г*** | ***Жиры, г*** | ***Углеводы, г*** |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша пшенная молочная. | 200 | 5,33 | 6,07 | 36,65 | 222,5 | №168 сб.2012г. |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,35 | 90,49 | №395 сб.2012г. |
| Булка с маслом, сыр. | 40/10/10 | 6,72 | 8,78 | 19,41 | 184 | №3 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 440 | 16,58 | 19,28 | 62,15 | 487,49 | - |
| **Второй завтрак** | | | | | | |
| Сок фруктовый. | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | №399 сб.2012г. |
| **Итого за прием** | 100 | 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | - |
| **Обед** | | | | | | |
| Суп полевой | 200 | 1,74 | 2,27 | 11,43 | 73,2 | №101 сб.2011г. |
| Оладьи из печени | 70 | 9,38 | 8,37 | 13,32 | 143,81 | №282 сб.2011г. |
| Картофельное пюре. | 150 | 3,12 | 4,5 | 19 | 128,98 | №312 сб.2011г. |
| Икра свекольная | 50 | 1,15 | 3,4 | 5,8 | 59,5 | №54 сб.2012г. |
| Компот из свежих фруктов. | 180 | 0,08 | 0,08 | 14,26 | 58,08 | №342 сб.2011г. |
| Хлеб. | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 87 | Тех. карта №2 |
| **Итого за прием** | 700 | 18,77 | 19,22 | 80,51 | 550,57 | - |
| **Полдник** | | | | | | |
| Яйцо отварное | 1/2 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | №213 сб.2012г. |
| Печенье | 37,5 | 1,4 | 11,4 | 23,4 | 203,43 | Тех. карта №70 |
| Чай  Булка | 180  20 | 0,18  0,2 | 0  0,2 | 12,6  9,66 | 54  47 | №391 сб.2012г.  Тех. карта №1 |
| Апельсин | 75 | 0,67 | 0,15 | 6,07 | 32,25 | Тех. карта №69 |
| **Итого за прием** | 312,5 | 7,55 | 16,3 | 52,03 | 399,6 | - |
| **Итого за день** | 1248,6 | 142,9 | 54,8 | 204,79 | 1480,6 | - |