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. |
| ЧайБулка | 15015 | 0,151,18 | 00,15 | 1,057,24 | 4235,25 |  №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. |
| ЧайБулка | 1801,58 | 0,18 0,2 | 09,66 | 12,67,35 | 5447 |  №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 | 15015 | 0,151,18 | 00,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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 | 18020 | 0,181,58 | 00,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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. |
| ЧайБулка | 150 15 | 0,151,18 | 00,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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. |
| ЧайБулка | 18020 | 0,181,58 | 00,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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 | 15015 | 0,151,18 | 00,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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 | 18020 | 0,180,2 | 00,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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. |
| ЧайБулка | 15015 | 0,151,18 | 0 0,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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. |
| ЧайБулка | 18020 | 0,181,58 | 00,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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. |
| ЧайБулка | 15015 | 0,151,18 | 00,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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. |
| ЧайБулка | 18020 | 0,181,58 | 00,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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. |
| ЧайБулка |  150 15 |  0,15 1,18 | 00,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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. |
| ЧайБулка | 18020 |  0,18 1,58 | 00,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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 |
| ЧайБулка |  150 15 | 0,151,18 | 00,15 | 10,57,24 | 425,25 |  №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 |
| ЧайБулка |  180 20 |  0,180,2 | 0 0,2 | 12,69,66 | 5447 |  №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 | - |