

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.Л.

День шестой

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 1-3 года

Наименование блюда	диета	Выход блюда ,г	Выход блюда ,г	Белки,г	Жиры ,г	Углеводы ,г	Энергетическая ценность, ккал	Витами н С	№ рецепт.
Завтрак									
Масло слив (порц) Крестьянское	ДС	4	4	0,04	3,6	0,13	33	0	№14 сб. 2017
Сыр "Российский" (порц)	ДС	8	8	4,64	5,9	0	54	0,21	№15 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Каша вязкая рисовая с сахаром	ДС	150\5	155	6	3,39	43,33	233	0	№173 сб. 2017
Чай с сахаром	ДС	150	150	0,15	0,08	7	28,5	0	№376 сб. 2017
Итого за завтрак			317	13,11	13,21	65,22	419	0,21	
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44	7,5	№338 СБ 2017
Обед									
Икра кабачковая пром производства для детского питания	ДС	30	30	0,36	1,41	2,31	23,4	2,88	
Суп картофельный с пшеничной	ДС	150	150	4,4	4,2	13	108	6,25	№101 сб 2017
Биточки рыбные с соусом	ДС	50\20	70	9,81	8,82	10,02	170,6	0,34	№234 сб 2017
Картоф. Отвар. Картоф. Пюре	ДС	110	110	2,2	30,5	17,7	107	14,7	№125,128 сб 20
Компот из свежих плодов	ДС	150	150	0,14	0,14	21,5	87,8	1,55	№342 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			560	20,79	45,63	89,73	616,15	25,72	
Полдник									
Конд. Изд. Сдоба обыкн.	ДС	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	150	2,4	2	12	75,8	0,91	№379 СБ 2017
Итого полдник			200	5,9	6	39,9	235,8	0,92	
Итого за шестой день			1177	40,2	65,24	204,85	1314,95	34,35	

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.Л.

День седьмой

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 1-3 года

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Выход блюда, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность, ккал	Витами н С	№ рецепт.
Завтрак									
Масло слив. (порц) Крестьян.	ДС	10	10	0,08	7,25	0,13	66	0	№14 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Запеканка рисовая с творогом со сгуш.	ДС	150\20	170	9,8	7,6	56	334,3	0,34	№188 сб 2017
Чай с лимоном	ДС	150\5	155	0,15	0,08	7	28,5	2,6	№377 сб. 2017
Итого за завтрак			365	12,31	15,17	77,89	499,3	2,94	
Второй завтрак									
Сок яблочный	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	0	№389 сб. 2017
Обед									
Овощи натуральные соленные (помидор)	ДС	30	30	0,33	0,06	1,14	6,6	5,25	№71 сб 2017
Щи из свежей капусты со сметаной	ДС	150\3	153	3,25	3,45	9,4	80,3	7,2	№88 сб 2017
Котлеты рубленые из птицы	ДС	50	50	9,2	8,29	9,33	149	0,44	№295 сб 2017
Каша гречневая рассыпчатая	ДС	110	110	3,12	4	32,7	178,5	0	№302 сб 2017
Компот из сухофруктов	ДС	150	150	0,33	0,015	20,83	84,75	0,3	№349 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			543	20,11	16,375	98,6	618,5	13,19	
Полдник									
Печенье	ДС	40	40	5,4	4,3	36,2	210	3,35	
Чай с молоком	ДС	150	150	2,2	1,95	12	74	1	№378 сб 2017
Итого полдник			190	7,6	6,25	48,2	284	4,35	
Итого за седьмой день			1198	40,52	37,795	234,79	1444,5	20,48	

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.Л.

День восьмой

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 1-3 года

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	№ рецепта
Завтрак									
Масло слив (порц) Крестьянское	ДС	4	4	0,04	3,6	0,13	33	0	№14 сб. 2017
Сыр "Российский" (порц)	ДС	8	8	4,64	5,9	0	54	0,21	№15 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Каша вязкая овсяная с сахаром	ДС	150\5	155	4,65	7,5	20,1	93	0,2	№173 сб 2017
Какао с молоком	ДС	150	150	3,15	2,73	12,96	89	1,2	№382 сб 2017
Итого за завтрак			347	14,76	19,97	47,95	339,5	1,61	
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44	7,5	№338 СБ 2017
Обед									
Овощи натуральные соленные (помидор)	ДС	30	30	0,33	0,06	1,14	6,6	5,25	№71 сб 2017
Рассольник ленинградский с перловой крупой	ДС	150	150	2,64	3,44	11,04	85,6	0,6	№96 сб 2017
Жаркое по домашнему	ДС	50\110	160	17,4	13,2	0,27	237	5,2	№259 сб 2017
Напиток из плодов шиповника	ДС	150	150	0,51	0,21	14,23	61	75	№388 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			540	24,76	17,47	51,88	509,55	86,05	
Полдник									
Кондитерское изд.	ДС	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	
Чай с сахаром	ДС	150	150	0,15	0,08	7	28,5	0	№376 сб 2017
Итого полдник			200	3,65	4,08	34,9	188,5	0,01	
Итого за восьмой день			1187	43,57	41,92	144,73	1081,55	95,17	

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.Л.

День девятый

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 1-3 года

Наименование блюда	диета	Выход блюда ,г	Вес блюда ,г	Белки,г	Жиры ,г	Углеводы ,г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	№ рецепт.
Завтрак									
Масло слив. (порц) Крестьян.	ДС	10	10	0,08	7,25	0,13	66	0	№14 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Каша молочная пшеница с сахаром	ДС	150\5	155	6	3,93	43,33	233	0,75	№173 сб. 2017
Чай с сахаром	ДС	150	150	0,15	0,08	7	28,5	0	№376 сб 2017
Итого за завтрак			345	8,51	11,5	65,22	398	0,75	
Второй завтрак									
Сок яблочный	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	№389 сб 2017
Обед									
Икра кабачковая пром производства для детского питания	ДС	30	30	0,36	1,41	2,31	23,4	2,88	
Суп картоф. С горохом	ДС	150	150	3,3	1,05	3,26	27	3,5	№102 сб 2017
Плов из птицы	ДС	50\110	160	14,8	15,6	24,8	130	10,5	№292 сб 2017
Компот из свежих плодов	ДС	150	150	0,14	0,14	21,5	87,8	1,3	№342 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			540	22,48	18,76	77,07	387,55	18,18	
Полдник									
Кондитерское изд.	ДС	50	25	1,35	3,1	11,8	101	0	
Какао с молоком	ДС	150	150	3,2	2,7	13	172,3	1,2	№382 сб 2017
Итого полдник			175	4,55	5,8	24,8	273,3	1,2	
Итого за девятый день			1160	36,04	36,06	177,19	1101,55	22,13	

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.Л.

День десятый

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 1-3 года

Наименование блюда	диета	Выход блюда ,г	Вес блюда ,г	Белки,г	Жиры ,г	Углеводы ,г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	№ рецепт.
Завтрак									
Масло слив (порц) Крестьянское	ДС	4	4	0,04	3,6	0,13	33	0	№14 сб. 2017
Сыр "Российский" (порц)	ДС	8	8	4,64	5,9	0	54	0,21	№15 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Омлет натуральный с маслом	ДС	150\5	155	12,95	23,18	2,9	292	0,22	№210 сб 2017
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	150	2,4	2	12	75,8	0,91	№379 сб 2017
Итого за завтрак			317	22,31	34,92	29,79	525,3	1,34	
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44	7,5	№338 сб 2017
Обед									
Овощи натуральные соленные (помидор)	ДС	30	30	0,33	0,06	1,14	6,6	5,25	№71 сб 2017
Борщ с капустой и картофелем со	ДС	150\3	153	2,9	3,45	9,4	80,26	6,6	№82 сб 2017
Биточки рубленые из цыплят бройлера	ДС	50	50	9,2	8,29	9,33	149	0,44	№295 сб 2017
Каша пшеничная рассыпчатая	ДС	110	110	4,8	4,2	27,8	169,2	0	№302 сб 2017
Компот из сухофруктов	ДС	150	150	0,33	0,015	20,83	84,75	0,3	№349 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,9	0,2	12,3	58,75	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			543	21,44	16,575	93,7	609,16	12,59	
Полдник									
Кондитерское изд	ДС	50	50	5,43	3,3	36,6	197	0	
Молоко кипячёное	ДС	150	150	4,6	4,01	7,6	85	2,1	№385 сб 2017
Итого полдник			200	10,03	7,31	44,2	282	2,1	
Итого за десятый день			1160	54,18	59,205	177,69	1460,46	23,53	
Итого за весь период			11687	420,39	466,12	1777,94	12175,8	457,83	
Среднее значение за период			1168,70	42,04	46,61	177,79	1217,58	45,78	