

СОГЛАСОВАНО:
Заведующей МБДОУ

Согласовано:
Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.Д.

День шестой

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда , г	Вес блюда , г	Белки,г	Жиры ,г	Углеводы ,г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	Технологическая и нормативная документация
Завтрак									
Масло сливочное (порц) Крестьянск	ДС	5	5	6,68	8,45	19,39	180	0,11	№14 сб 2017
Сыр порц. "Российский"	ДС	10	10	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 молочная рисовая с сахаром	ДС	200/5	205	5,91	6,52	36,86	229,8	0	№174 сб. 2017
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№376 сб. 2017
Итого за завтрак			430	19,57	21,13	81	574,3	0,35	
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44		№338 сб. 2017
Обед									
Икра кабачковая (пром произв)	ДС	50	50	0,6	2,35	3,85	39	4,8	
Суп картофельный с пшеничной	ДС	200	200	2,1	2,2	2,24	84	8,25	№101 сб. 2017
Биточки рыбные с соусом	ДС	70/30	100	10,81	9,92	11,02	176,75	0,52	№234 сб. 2017
Картоф. Отварн /Картоф. Пюре	ДС	130	130	2,6	5	17,8	133,6	18,4	№125\128 сб. 2017
Компот из свежих плодов	ДС	180	180	0,14	0,14	21,5	87,8	1,55	№342 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			720	20,51	20,21	84,07	652,25	33,52	
Полдник									
Кондитерск. Изделия.сдоба	ДС	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	
Кофейный напиток с молоком	ДС	180	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	№379 сб. 2017
Итого полдник			230	6,31	6,39	40,66	244	1,18	
Ужин									
Суп молочный пшеничный	ДС	200	200	5,8	5,47	18,57	146,8	0,91	№121 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	№377 сб.2017
Итого ужин			407	7,44	5,65	38,61	234,8	3,74	
Итого за шестой день			1887	54,23	53,78	254,34	1749,35	38,79	

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

Согласовано:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов Б.П.

День седьмой

ЗИМА-ВЕСНА 2023г.

Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда , г	Вес блюда , г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	Технологическая и нормативная документация
Завтрак									
Масло сливоч. (порц) Крестьянское	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 сгущ.	ДС	150\20	170	9,8	7,6	56	334,3	0,34	№188 сб. 2017
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	№377 сб.2017
Итого за завтрак			397	9,92	7,62	66,2	375,3	3,17	
Второй завтрак									
Сок яблочный	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	№389 сб. 2017
Обед									
Овощи натуральные соленные (огурец)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	12	12,5	№71 сб. 2017
Щи из свежей капусты со сметаной	ДС	200\5	205	1,39	3,9	6,78	67,8	14,8	№88 сб. 2017
Котлеты рубленые из птицы	ДС	70	70	10,81	9,92	11,02	176,75	0,52	№295 сб. 2017
Каша гречневая рассыпчатая	ДС	130	130	7,45	5,28	33,49	211,25	0	№302 сб. 2017
Компот из сухофруктов	ДС	180	180	0,4	0,018	24,99	101,7	0,36	№349 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			695	24,86	19,818	105,84	700,6	28,18	
Полдник									
Печенье	ДС	40	40	5,4	4,3	36,2	210	3,35	
Чай с молоком	ДС		180	2,67	2,34	13,57	92,4	1,43	№378 сб. 2017
Итого полдник			220	8,07	6,64	49,77	302,4	4,78	
Ужин									
Запеканка овощная	ДС	200	200	5,7	16,7	32	301	19,1	№165 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№376 сб. 2017
Итого ужин			400	7,28	16,88	51,83	388	19,13	
Итого за седьмой день			1812	50,63	50,958	283,74	1809	57,26	

СОГЛАСОВАНО:

Заведующей МБДОУ

Согласовано:

Директор ООО "Дарий"

Сипатов В.Л.

День восьмой

зита-весна 2023 Г.

Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда , г	Вес блюда , г	Белки,г	Жиры ,г	Гливоды	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	Технологическая и нормативная документация
Завтрак									
Масло сливоч(порц) Крестьянское	ДС	5	5	6,68	8,45	19,39	180	0,11	№14 сб 2017
Сыр " Российский"	ДС	10	10	4,64	5,9	0	54	0,21	№15сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Каша вязкая овсяная с сахаром	ДС	170\5	175	4,65	7,5	20,1	93	0,2	№173сб.2017
Какао с молоком	ДС	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	№382 сб. 2017
Итого за завтрак			400	21,92	25,28	70,07	504,5	1,95	
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	100	2,9	2,5	4	50	0,7	№338 сб 2017
Обед									
Овощи солёные (огурец)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	12	12,5	№71 сб. 2017
Рассольник ленинградский с перловой крупой со сметаной	ДС	200\5	205	2,1	4,08	10,6	87,6	6,58	№96 сб 2017
Жаркое по домашнему	ДС	70\130	200	18,5	20,7	18,9	337,1	7,3	№259 сб.2017
Напиток из плодов шиповника	ДС	180	180	0,22	0,1	24,8	100,8	43,9	№388 сб.2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			695	25,63	25,58	83,86	668,6	70,28	
Полдник									
Кондитерское изд	ДС	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№376 сб. 2017
Итого полдник			230	3,56	4,02	37,89	200	0,04	
Ужин									
Суп молочный с вермишелью	ДС	200	200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	№120 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180\7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	№377сб.2017
Итого за ужин			407	7,39	5,39	38,88	233,2	3,74	
Итого за восьмой день			1832	61,4	62,77	234,7	1656,3	76,71	

СОГЛАСОВАНО:
Заведующей МБДОУ

Согласовано:
Директор ООО "Дарий"



День девятый
ЗИМА-ВЕСНА 2023 Г.
Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда , г	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	Технологическая нормативная документация
Завтрак									
Масло сливоч. (порц) Крестьянское	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 вязкая молочная пшеница с сахаром	ДС	200\10	210	6	3,93	43,33	233	0,75	№173 сб. 2017
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№376 сб. 2017
Итого за завтрак	ДС		390	6,06	3,95	53,32	273	0,78	
Второй завтрак									
Сок яблочный	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	№389 сб. 2017
Обед									
Икра кабачковая (пром произв)	ДС	50	50	0,6	2,35	3,85	39	4,8	
Суп картофельный с горохом	ДС	200	200	4,4	4,2	13	108	5,8	№102 сб. 2017
Плов из птицы	ДС	70\130	200	18,5	19,5	31	162,1	13,6	№292 сб. 2017
Компот из свежих плодов	ДС	180	180	0,14	0,14	21,5	87,8	1,55	№342 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			690	27,9	26,79	97,01	528	25,75	
Полдник									
Кондитерское изд.	ДС	50	50	1,35	3,1	11,8	101	0	
Какао с молоком	ДС	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	№382 сб. 2017
Итого полдник			230	5,02	6,29	27,62	208	1,43	
Ужин									
Рагу из овощей	ДС	200	200	4,3	16,6	17	235	18	№143 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	№377 сб. 2017
Итого ужин			407	5,94	16,78	37,04	323	20,83	
Итого за девятый день			1817	45,42	53,81	225,09	1374,7	50,79	

СОГЛАСОВАНО:
Заведующей МБДОУ

Согласовано: _____
Директор ООО "Дарий"
Сипатов Б.П.

День десятый
ЗИМА-ВЕСНА 2023 Г.
Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда , г	Вес блюда , г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины С	Технологическая и нормативная документация
Завтрак									
Масло сливоч(порц) Крестьянское	ДС	5	5	6,68	8,45	19,39	180	0,11	№14 сб 2017
Сыр " Российский"	ДС	10	10	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	17,44	23,25	2,81	292	0,38	№210 сб. 2017
Кофейный напиток с молоком	ДС	180	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	№379 сб. 2017
Итого за завтрак			380	33,85	40,23	49,72	680,5	1,87	
Второй завтрак									
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44	7,5	№338 сб 2017
Обед									
Овощи солёные (огурец)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	12	12,5	№71 сб. 2017
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	ДС	200/5	205	1,43	3,9	10	107	7	№82 сб. 2017
Котлеты рубленные из птицы	ДС	70	70	10,81	9,92	11,02	176,75	0,52	№295 сб. 2017
Каша пшеничная рассыпчатая	ДС	130	130	5,7	5	32,8	200	0	№302 сб 2017
Компот из сухофруктов	ДС	180	180	0,4	0,018	24,99	101,7	0,36	№349 сб. 2017
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	
Итого за обед			695	23,15	19,538	108,37	728,55	20,38	
Полдник									
Кондитерское изд	ДС	50	50	5,43	3,3	36,6	197	0	
Молоко кипячёное	ДС	180	180	5,48	4,88	9,07	102	2,5	№385 сб. 2017
Итого полдник			230	10,91	8,18	45,67	299	2,5	
Ужин									
Суп молочный с макаронными	ДС	200	200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	№120 сб 2017
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,06	0,02	9,99	40	0,03	№376 сб. 2017
Итого ужин			400	7,33	5,39	38,67	232,2	0,94	
Итого за десятый день			1805	75,64	73,738	252,43	1984,25	33,19	
Итого за весь период			18256	576,69	609,55	2473,77	17050,87	646,95	
Среднее значение за период			1825,60	57,67	60,96	247,38	1705,09	64,70	