

Твердова
Светлана
Николаевна
а

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Краснодарский край, L=Тулькевичский район, o=Космопольский, т=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОСМОПОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН,
СНИЛС=00599785095, ИНН=232901081211,
E=plavoviy44tz@yandex.ru, G=Светлана Николаевна,
SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:03:59
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ		40	8,6	7,8	0,5	106,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	2 шт.	70	8,6	7,9	0,5	106,6
ГРЕНКИ С СЫРОМ		40	6,0	8,3	24,4	197,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	50	50	3,7	0,3	24,3	114,8
СЫР РОССИЙСКИЙ	9,9	9,9	2,2	2,8	0	34,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,5	6,5	0	5,2	0,1	47,1
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		50	1,0	4,5	3,9	59,6
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	52,7	50,07	1	4,5	3,9	59,6
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		7,0	28,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,7	0,7	16,6	79,6
ЯБЛОКИ	198,3	174,5	0,7	0,7	16,6	79,5
			16,4	21,3	52,4	471,3
II Завтрак						
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		185				
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ (КОНЦЕНТРАТ)	0,03	0,025	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
Обед						
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ		180	1,5	5,1	10,0	94,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,875	1,875	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6,666	6,666	0,2	1	0,2	13,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3,43	2,88	0	0	0,2	1,2
МОРКОВЬ	3,07	2,3	0	0	0,2	0,8
СВЕКЛА	43,27	32,45	0,5	0	2,8	13,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40/40	5,7	0,6	37,0	176,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,6
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА		50	0,5	0,1	0,9	7,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	57	57	0,5	0,1	1	7,2
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0

СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,3	4,6	14,2	107,5
КАРТОФЕЛЬ	138	82,8	1,6	0,3	13,1	61,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	23,4	23,4	0,7	0,6	1,1	12,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,075	1,075	0	0	0	0,0
ПУДИНГ ИЗ ГОВЯЖЕЙ ПЕЧЕНИ	60		17,1	8,1	0,6	163,6
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	101	93,93	16,3	3,4	0	115,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,10 шт.	3,5	0,4	0,4	0	5,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	12	12	0,3	0,3	0,6	6,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1	0	0,8	0	7,3
			28,1	18,7	82,5	635,3
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	120		14,5	12,3	12,2	222,3
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	85,5	85,5	13,3	7,5	2,5	130,2
ЯБЛОКИ	26,2	23	0,1	0,1	2,2	10,5
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,10 шт.	3,5	0,4	0,4	0	5,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4	4	0,5	0	2,4	11,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	8,166	8,166	0,2	1,2	0,3	16,3
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30		1,0	1,6	6,4	43,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,4	1,4	0	1,2	0	10,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,4	2,4	0	0	2,3	9,3
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	200		5,8	5,0	8,4	108,0
литры РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,8	5	8,4	108,0
			21,3	18,9	27,0	373,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,8	58,9	161,9	1 480,4

Твердова
Светлана
Николаевна
на

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: C=RU, S=Краснодарский край, L=Гулькевичский район, л. Комсомольский, т. Т=Заведующий, О=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095, ИНН=232901081211, E=rlapovny44tz@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:04:17
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,4	1,9	9,2	64,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,175	1,175	0,1	0	0,6	2,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")		180	6,0	7,9	27,7	206,0
КРУПА РИСОВАЯ	11	10,89	0,8	0,1	7,9	35,2
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	2,9	4,0	9,8	87,1
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,8	6,18	1,4	1,8	0	22,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2,1	0	18,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
			11,3	13,8	46,7	357,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		200	1,0	0,2	19,8	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
ПЕЧЕНЬЕ		50	4,3	5,6	42,6	238,7
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	59	59	4,3	5,6	42,6	238,6
			5,3	5,8	62,4	324,7
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		180	4,3	3,3	12,6	97,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАРТОФЕЛЬ	39	23,4	0,5	0,1	3,7	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	11,61	9,29	0,1	0	0,6	3,2
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	16	16	3,6	0,3	7,5	46,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	119	119	0	0	0	0,0
ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ		70	11,2	9,1	7,8	157,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,24 шт.	8,4	1,1	1	0,1	12,8
ГОВЯДИНА Б/К	57,78	52	9,4	8,1	0	110,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,52	0	0	0,2	1,0
КРУПА РИСОВАЯ	10,6	10,5	0,7	0,1	7,6	34,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		120	1,9	4,0	5,8	68,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	110	88	1,6	0,1	4	23,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
МОРКОВЬ	8,9	7,12	0,1	0	0,5	2,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,3	4,3	0,2	0	0,8	4,3
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		180	0,2	0,2	13,7	59,7
ЯБЛОКИ	71,59	63	0,3	0,3	6	28,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
			21,9	17,1	67,7	515,0
Полдник						
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С ОВОЩАМИ ЗАПЕЧЕННЫЕ		100	20,9	7,7	8,0	116,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,12 шт.	4,2	0,5	0,5	0	6,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	12,5	12,5	0,3	1,8	0,4	25,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,9	46,9	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА МИНТАЙ БЕЗ ГОЛОВЫ	196,4	117,84	18,1	1,1	0	8,2
МОРКОВЬ	5,35	4,01	0,1	0	0,3	1,4
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	5	4	0,1	0	0,2	1,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	6,4	6,4	0,2	0,2	0,3	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,5	3,5	0	3,4	0	30,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	2,5	2,27	0,5	0,7	0	8,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		80	1,6	2,7	13,3	83,8
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,9	2,9	0	2,3	0	21,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		20/20	2,8	0,3	18,0	85,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,2	39,6
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		180	2,3	1,9	10,7	70,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
			27,6	12,6	50,0	355,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			66,1	49,3	226,8	1 552,7

Твердова
Светлана
Николаев
на

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Истринский район, L=Тутылевичский район, P=Комсомольский, T=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095, ИНН=232901081211,
E=slanov442@yandex.ru, С=Светлана Николаевна,
SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:04:51
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,6	5,0	17,7	134,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	8,5	8,5	1	0,5	5,1	29,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ		35	2,3	4,2	15,1	107,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		7,0	28,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			7,0	9,2	39,8	270,5
II Завтрак						
РЯЖЕНКА		200	6,0	5,2	8,7	111,2
литры РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	206	206	6	5,2	8,7	111,2
			6,0	5,2	8,7	111,2
Обед						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ (2)		150	4,7	3,6	21,4	137,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	105	105	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	39	38,61	4,8	1,3	21,3	115,3
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ		70	13,6	14,9	3,0	200,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	13	13	0,4	0,3	0,6	6,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	75,22	67,7	12,2	10,5	0	143,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,4	0	2,4	11,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
СЫР РОССИЙСКИЙ	3,3	3	0,7	0,9	0	10,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		35/25	4,3	0,4	28,2	133,9

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,7	0,2	17,6	82,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	25	1,7	0,2	10,6	51,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУШЕННЫХ	180				17,2	68,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,5	16,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	11,2	11,2	0	0	8,5	34,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА	50		0,6		1,3	7,5
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	55	55	0,6	0	1,3	7,5
СОУС МОЛОЧНЫЙ №352 (ДЛЯ ЗАПЕКАНИЯ ОВОЩЕЙ, МЯСА, РЫБЫ)	30		0,8	3,1	3,0	42,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,6	0	24,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,3	3,3	0,4	0	2,2	10,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15	15	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180		1,7	3,7	9,3	77,5
СВЕКЛА	30	22,5	0,3	0	1,9	9,2
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	30	24	0,4	0	1,1	6,5
КАРТОФЕЛЬ	47,33	28,4	0,6	0,1	4,5	21,2
МОРКОВЬ	6	4,5	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	5,4	5,4	0,3	0	1	5,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3,6	3,6	0	3,5	0	31,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	162	162	0	0	0	0,0
			25,7	25,7	83,4	667,7
Полдник						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130		12,4	11,8	13,3	212,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22	22	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,30 шт.	10,5	1,3	1,2	0,1	16,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	65	65	10,1	5,7	1,9	99,0
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	3,9	3,9	0,5	0	2,3	11,3
КРУПА РИСОВАЯ	5,56	5,5	0,4	0,1	4	17,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	20		0,7	1,6	3,1	33,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2	2	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,166	9,166	0,2	1,4	0,3	18,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	0,3	0,5	5,2
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180		5,4	4,6	8,9	99,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	190,2	190,2	5,3	4,7	8,8	99,6
			18,5	18,0	25,3	345,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,2	58,1	157,2	1 395,2

Твердова
Светлана
Николаевна
а Р

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Краснодарский край, L=Тулькевичский район, O=Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 30 ПДС, Комсомольского муниципального образования Тулькевичский район, SN=Светлана Николаевна
E=planoviy44fz@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:05:07
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ С МАСЛОМ		180	7,1	8,3	41,9	269,2
КРУПА МАННАЯ	45	45	4,5	0,5	30,8	143,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	62,1	62,1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	91	91	2,5	2,2	4,3	47,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		25	1,6	4,1	10,1	83,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		180	2,7	2,2	10,2	71,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	81	81	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
			11,4	14,6	62,2	424,6
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	14,9	64,5
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	14,9	64,5
Обед						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ		180	5,0	5,0	20,0	145,1
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	17	17	1,7	0,2	11,5	55,1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,50 шт.	17,5	2,1	1,9	0,1	26,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	26,1	26,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	64,3	45,01	0,9	0,2	7,1	33,7
МОРКОВЬ	9,83	7,37	0,1	0	0,5	2,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,32	0,1	0	0,8	3,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		140	18,0	18,6	9,0	281,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,7	2,7	0	2,6	0	23,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11,7	11,7	0,3	1,7	0,4	23,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,1	3,1	0,3	0	2,1	10,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	29,1	29,1	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	125,5	90,36	16,4	14,1	0	192,8
КАРТОФЕЛЬ	48,5	29,1	0,6	0,1	4,6	21,7

МОРКОВЬ	17,72	13,29	0,2	0	0,9	4,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,6	9,74	0,1	0	0,8	3,9
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	5,9	3,9	0,1	0	0,3	1,6
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ		50	1,4	2,6	7,2	58,6
СВЕКЛА	58,1	46,48	0,7	0	4	18,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,8	8,3	0,1	0	0,7	3,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	13,8	13,8	0,7	0	2,5	13,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		30/20	3,6	0,4	23,5	111,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	12,9	54,9
ЯБЛОКИ	50	44	0,2	0,2	4,2	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170	170	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			28,2	26,8	72,6	651,8
Полдник						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ		100	17,1	7,5	8,8	111,0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	1	1	0,1	0	0,6	2,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5	1,2	1,5	0	17,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
РЫБА МИНТАЙ БЕЗ ГОЛОВЫ	160,3	96,18	14,8	0,9	0	6,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11	11	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,6	0,6	0	0,6	0	5,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,6	0,6	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,3	0,25	0	0	0	0,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,4	1,9	11,1	71,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,125	1,125	0,1	0	0,6	2,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	92	92	0	0	0	0,0
			20,8	9,6	28,4	223,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,2	51,2	178,1	1 364,5

Твердова
Светлана
Николаев
на

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: C=RU, S=Краснодарский край, L=Гулькевский район, г. Комсомольский, T=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095, ИИН=232901081211, E=slavoviyu44@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:05:29
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ		30	3,2	4,3	10,1	92,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	8,3	7,5	1,6	2,1	0	26,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5	0	2	0	18,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	10	47,4
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		180	5,5	7,5	25,0	189,8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	26	25,74	3,1	0,8	14,3	76,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	60	60	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,8	5,8	0	4,7	0	42,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	83,4	83,4	2,3	2	3,9	43,7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3,1	2,5	10,2	76,8
КАКАО-ПОРОШОК	2,3	2,3	0,6	0,3	0,2	6,4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80	0	0	0	0,0
			11,8	14,3	45,3	358,6
II Завтрак						
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ		100	0,6	0,6	15,7	75,0
ЯБЛОКИ	187	164,56	0,7	0,7	15,6	75,0
			0,6	0,6	15,7	75,0
Обед						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		180	19,0	19,5	27,0	359,8
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	124,2	89,42	16,2	14	0	190,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5	0	0,4	0	3,6
МОРКОВЬ	25,93	19,45	0,3	0	1,3	6,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16,9	14,2	0,2	0	1,2	5,6
КРУПА РИСОВАЯ	34,5	34,16	2,3	0,3	24,5	110,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,4	1,4	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,9	4,9	0	4,8	0	42,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40/20	4,4	0,4	28,6	135,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
РАССОЛЬНИК		180	1,6	2,5	11,5	75,2
КАРТОФЕЛЬ	64,3	45,01	0,9	0,2	7,1	33,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,9	10,8	0,2	0	0,9	4,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,2	12,2	0,1	0	0,2	1,6

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,3	2,3	0	2,2	0	20,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	153	153	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,6	3,6	0,3	0	2,3	11,0
МОРКОВЬ	17,4	13,92	0,2	0	1	4,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180			8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	195	195	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,6	16,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ОВОЩНАЯ НАРЕЗКА		50	0,4	0,1	0,9	6,9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	55	55	0,4	0,1	0,9	7,0
			25,4	22,5	76,7	612,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,9	5,1	9,8	110,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211,2	211,2	5,9	5,1	9,8	110,6
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		80	8,9	12,0	34,3	280,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,2	2,2	0	2,1	0	19,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5	0,2	0	1	4,9
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,7	6,7	0	5,3	0,1	48,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	1 шт.	35	4,3	3,9	0,2	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	1,6	1,6	0,2	0	0	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,8	22,8	0	0	0	0,0
			14,8	17,1	44,1	390,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,6	54,5	181,8	1 436,4

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180				8,7	34,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,6	16,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50		1,5	0,1	2,4	18,5
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	82,9	82,9	1,5	0,1	2,4	18,5
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	70		10,0	9,3	6,4	148,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,6	1,6	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	55,4	49,86	9	7,8	0	105,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10,9	10,9	0,8	0,1	5,3	25,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,6	13,1	0,2	0	1,1	5,2
			21,0	21,7	56,1	505,3
Полдник						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	60		1,8	0,1	3,8	23,3
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	92,3	60	1,8	0,1	3,8	23,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		3,2	2,6	12,4	86,2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,125	1,125	0,1	0	0,6	2,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	107,5	107,5	3	2,6	5	56,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ	150		18,8	8,8	19,6	253,1
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	100	93	16,1	3,3	0	114,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,7	2,7	0	2,1	0	19,6
КАРТОФЕЛЬ	155	108,5	2,1	0,4	17,2	81,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,6	9,8	0,1	0	0,8	3,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,8	1,8	0	1,5	0	13,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,7	2,7	0,4	0	1,6	7,9
			25,1	11,7	44,3	403,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59,7	56,1	137,2	1 319,1

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписи: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Краснодарский край, L=Гулькевичский район, о.
Комсомольский, Т=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ГОС.
КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095,
ИНН=232901081211, E=planoviy44fz@yandex.ru, G=Светлана
Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана
Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:06:02
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5		1,5	4,1	9,8	82,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20	1,5	0,1	9,7	46,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150		7,6	10,2	31,7	249,7
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	44,5	44,5	4,8	0,6	30,5	145,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	3,8	3,8	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	58,1	58,1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,4	2,4	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,50 шт.	17,5	2,1	1,9	0,1	26,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,2	24,2	0,7	0,6	1,2	12,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,4	2,4	0	2,3	0	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6	0	2,9	0	26,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,7	2,2	9,6	69,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,125	1,125	0,1	0	0,6	2,8
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
			11,8	16,5	51,1	401,2
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		1,0	0,2	20,2	86,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ	30/30		4,3	0,5	27,8	132,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200		2,3	2,2	11,3	76,2
КАПУСТА КВАШЕНАЯ	60	60	1,1	0,1	1,7	13,4
КАРТОФЕЛЬ	71,43	50	1	0,2	8	37,3
МОРКОВЬ	15,64	11,73	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	0,7	0,7	0	0	0,1	0,7
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		9,6	10,5	18,1	205,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,5	1,5	0,1	0	0,3	1,5

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5	0	1,5	0	13,1
МОРКОВЬ	11,11	8,33	0,1	0	0,6	2,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	30	30	0	0	0	0,0
ГОВЯДИНА Б/К	44,44	40	7,2	6,2	0	84,6
КАРТОФЕЛЬ	150	105	2	0,4	16,6	78,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ		50	0,6		1,3	7,5
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	55	55	0,6	0	1,3	7,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	13,2	57,0
САХАР ПЕСОК	8,1	8,1	0	0	7,9	31,3
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144	0	0	0	0,0
ЯБЛОКИ	64	56,32	0,2	0,2	5,3	25,7
			17,0	13,4	71,7	478,4
Полдник						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)		80	21,7	15,1	53,2	434,7
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	72,5	72,5	11,3	6,3	2,1	110,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	75	75	7,9	1	50,8	243,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,60 шт.	21	2,6	2,3	0,1	32,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,8	6,8	0	5,4	0,1	49,4
КАКАО С МОЛОКОМ		180	2,8	2,3	10,7	75,2
КАКАО-ПОРОШОК	2,2	2,2	0,5	0,3	0,2	6,2
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	80	80	2,2	1,9	3,7	41,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	110	110	0	0	0	0,0
			24,5	17,4	63,9	509,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,3	47,5	206,9	1 475,5

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Краснодарский край, L=Тулькевичский район, П=Комсомольский, Т=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30
ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН,
СНИЛС=00599785095, ИНН=232901081211,
E=rlanovly44lz@yandex.ru, G=Светлана Николаевна,
SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:06:16
Foxit Reader: Версия: 9.0.0

Утверждаю

заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	5,5	5,1	31,2	192,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	45,6	45,6	4,9	0,6	31,1	149,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	273	273	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,3	1,3	0	0	0	0,0
СЫР РОССИЙСКИЙ	3	2,73	0,6	0,8	0	9,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		160	4,8	4,1	7,9	88,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	169	169	4,8	4,1	7,9	88,6
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ		50	1,0	4,5	3,9	59,5
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	52,6	50	1	4,5	3,9	59,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20	1,3	0,2	8,5	40,8
			12,6	13,9	51,5	381,3
II Завтрак						
РЯЖЕНКА		180	5,4	4,6	7,8	100,1
литры РЯЖЕНКА 2,5% ЖИРНОСТИ	185,4	185,4	5,4	4,6	7,8	100,1
			5,4	4,6	7,8	100,1
Обед						
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ		150	17,9	21,1	16,1	325,8
КАРТОФЕЛЬ	168	100,8	1,9	0,4	15,9	75,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ГОВЯДИНА Б/К	89	80,1	14,5	12,4	0	169,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,8	3,8	0	3	0	27,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,35 шт.	12,25	1,6	1,4	0,1	18,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,9	1,9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		30/30	5,0	0,5	32,8	155,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3,1	0,2	20,1	94,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		180	1,4	2,8	8,0	62,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	20	16	0,3	0	0,8	4,4
КАРТОФЕЛЬ	57,14	40	0,8	0,2	6,3	29,9
МОРКОВЬ	6,53	4,9	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,7	3,95	0,1	0	0,3	1,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	7,7	5,01	0,2	0	0,3	1,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,2	3,2	0	2,5	0	23,2

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200		0,2	0,2	14,1	60,5
ЯБЛОКИ	64	56,32	0,2	0,2	5,3	25,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160	160	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАНЕ ИЛИ СОУСЕ	50		0,9	1,3	4,9	34,5
СВЕКЛА	65	48,75	0,7	0	4,2	19,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,1	9,32	0,1	0	0,8	3,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
			25,4	25,9	75,9	639,3
Полдник						
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180		6,6	4,7	40,0	229,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	125	125	3,5	3	5,8	65,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	51	51	0	0	0	0,0
КРУПА РИСОВАЯ	45	44,55	3	0,4	32	143,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5	0	1,2	0	10,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3	0	0	2,2	8,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		7,0	28,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			6,7	4,7	47,0	257,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,1	49,1	182,2	1 378,2

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: C=RU, S=Краснодарский край, L=Тулькевичинский район, г. Комсомольский, Т=Заведующий, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599785095, ИНН=23230108121, E=slapoviy44fz@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:06:30
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ		180	4,5	6,2	21,3	158,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	61,2	61,2	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	79	79	2,2	1,9	3,7	41,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	20,2	20	2,2	0,3	13,2	63,8
САХАР ПЕСОК	4,5	4,5	0	0	4,4	17,5
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	4,0	5,4	13,0	117,5
СЫР РОССИЙСКИЙ	9,5	8,64	2	2,5	0	31,4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3	0	2,7	0	24,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	26,7	26,7	1,9	0,2	13	61,3
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ		180	1,5	1,2	6,4	42,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,5	0,5	0,1	0	0,2	1,2
			10,0	12,8	40,7	319,3
II Завтрак						
ЙОГУРТ		170	4,8	4,3	7,7	96,1
литры ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ	170	170	4,8	4,3	7,7	96,1
ПЕЧЕНЬЕ		50	4,3	5,6	42,6	238,7
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	59	59	4,3	5,6	42,6	238,6
			9,1	9,9	50,3	334,8
Обед						
СУП РЫБНЫЙ		200	12,1	3,9	15,6	107,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,8	1,8	0	0	0	0,0
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
РЫБА МИНТАЙ БЕЗ ГОЛОВЫ	104,403	62,64	9,7	0,6	0	4,4
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	20,24	17	0,2	0	1,4	6,8
МОРКОВЬ	36,13	28,9	0,4	0	1,9	9,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	240	240	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАПУСТА ТУШЕНАЯ		130	2,0	3,8	6,5	69,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,6	4,6	0	3,7	0	33,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	32,5	32,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	111,9	89,52	1,6	0,1	4,1	24,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0

МОРКОВЬ	17	12,75	0,2	0	0,9	4,4
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,6	2,6	0,1	0	0,5	2,6
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ		70	11,1	11,7	4,9	168,5
ГОВЯДИНА Б/К	61,11	55	9,9	8,5	0	116,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	10	10	0,8	0,1	4,9	23,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,6	16,6	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,8	2,8	0	2,7	0	24,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,09 шт.	3,15	0,4	0,4	0	4,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ		30/30	4,3	0,5	27,8	132,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180			16,4	65,6
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,6	16,6	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	11,4	11,4	0	0	8,6	34,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,4	194,4	0	0	0	0,0
			29,5	19,9	71,2	543,0
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ		100	14,9	13,8	17,0	255,8
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	74,8	74,8	11,6	6,5	2,1	113,9
КРУПА МАННАЯ	6,9	6,9	0,7	0,1	4,8	22,0
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
МОРКОВЬ	26,8	21,44	0,3	0	1,5	7,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,25 шт.	8,75	1,1	1	0,1	13,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15	15	0,4	0,4	0,7	7,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,6	4,6	0,6	0	2,7	13,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9,3	9,3	0,2	1,4	0,3	18,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6,1	5,3	10,1	113,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	211	210	5,9	5,1	9,8	110,0
			21,0	19,1	27,1	368,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,6	61,7	189,3	1 565,9

Твердова
Светлана
Николаевна

Подписан: Твердова Светлана Николаевна
DN: С=RU, S=Краснодарский край, L=Тулькевичинский район, л. Комсомольский, Т=Заведующий,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30 ПОС. КОМСОМОЛЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН, СНИЛС=00599765095, ИНН=232901081211, E=slanoviy44z@yandex.ru, G=Светлана Николаевна, SN=Твердова, CN=Твердова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение:
Дата: 2024-09-10 15:06:50
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Утверждаю
заведующий
С.Н. Твердова

МЕНЮ

Сад 10 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,1		6,0	24,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	170		1,9	10,2	13,2	156,1
КАРТОФЕЛЬ	112,05	67,23	1,3	0,3	10,7	50,2
МОРКОВЬ	22	17,6	0,2	0	1,2	6,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,28	0,2	0	1,2	5,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	9	9	0	8,7	0	78,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	27	27	0	0	0	0,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7,9	7,9	0,2	1,2	0,3	15,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,65	0,65	0	0	0	0,0
			4,2	10,4	33,8	249,2
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170		4,9	4,3	6,8	90,1
литры КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	170	4,9	4,3	6,8	90,1
			4,9	4,3	6,8	90,1
Обед						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80		12,6	10,3	23,1	235,7
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
ГОВЯДИНА Б/К	57,8	52,02	9,4	8,1	0	110,0
КРУПА РИСОВАЯ	29	28,71	1,9	0,3	20,6	92,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,9	5,8	0,1	0	0,5	2,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6	0	1,6	0	14,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,09 шт.	3,15	0,4	0,4	0	4,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,775	0,775	0	0	0	0,0
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30		0,6	1,5	2,5	30,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30	2	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,1

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0
СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	90		1,8	2,0	10,4	66,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,12	0,2	0	1,2	6,0
СВЕКЛА	135	108	1,6	0,1	9,2	44,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,9	1,9	0	1,8	0	16,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,575	0,575	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180				6,8	27,1
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200	200	0	0	0	0,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	16,8	16,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200		2,2	4,1	12,3	95,7
СВЕКЛА	38,71	29,03	0,4	0	2,5	11,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	31,2	24,96	0,4	0	1,2	6,8
КАРТОФЕЛЬ	55,6	38,92	0,8	0,2	6,1	29,1
МОРКОВЬ	14,3	10,73	0,1	0	0,7	3,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,6	8,9	0,1	0	0,7	3,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	6	6	0,3	0	1,1	5,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4	0	3,9	0	34,9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180	180	0	0	0	0,0
			21,5	18,4	82,9	587,8
Полдник						
ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	180		2,2	1,8	8,5	59,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115	115	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75	2,1	1,8	3,5	39,3
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4	0,1	0	0,2	1,0
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	70		4,9	6,5	49,0	274,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
ДРОЖЖИ	2,1	2,1	0,3	0	0	1,6
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17,5	17,5	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0	0	1,5	5,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,4	5,4	0	4,4	0	39,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,4	1,4	0	1,4	0	12,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,06 шт.	2,1	0,3	0,2	0	3,2
ПОВИДЛО	31,8	31,8	0,1	0	20,4	82,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.) 40 гр	0,01 шт.	0,35	0	0	0	0,5
			7,1	8,3	57,5	333,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,7	41,4	181,0	1 260,7

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575965

Владелец Твердова Светлана Николаевна

Действителен с 18.04.2022 по 18.04.2023