

Утверждаю  
 Заведующая БДОУ МО Ленинский район  
 "Детский сад №61" /Рогоачева И.В./



1 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша вязкая	130	6,3	1,7	34,3	156,5	302		
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,72	80,28			
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,42	14,76	70,5			
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,18	0,00	11,72	22	284		
	<b>ИТОГО</b>	<b>408</b>	<b>8,78</b>	<b>7,92</b>	<b>60,89</b>	<b>302</b>			
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12			
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	4,1	9,4	79	55		
	Картофельное пюре	130	3,25	5,46	19,89	146,9	141		
	Гуляш	100	17,3	18	3,2	245	93		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	27,6	109	292		
	<b>ИТОГО</b>	<b>660</b>	<b>25,35</b>	<b>28,26</b>	<b>76,79</b>	<b>666,9</b>			
Полдник	Рис с овощами	180	8,60	12,60	11,30	289,00	386		
	Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63			
	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,42	14,76	70,5			
	Кофейный напиток на молоке	200	4	3,9	12,3	125	286		
	<b>ИТОГО</b>	<b>460</b>	<b>19,92</b>	<b>21,52</b>	<b>38,66</b>	<b>547,5</b>			
Ужин	Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185	271		
	Сок промышленного пр-ва	200	0,2	0,26	22,2	92			
	<b>ИТОГО</b>	<b>250</b>	<b>3,74</b>	<b>6,83</b>	<b>50,07</b>	<b>277</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1886</b>	<b>59,0</b>	<b>64,9</b>	<b>248,3</b>	<b>1889,5</b>			

Утверждаю  
 Заведующая БДОУ МО Динской район  
 "Детский сад №6" /Рогочева И.В./



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
		2	ДЕНЬ	Выход	Б	Ж	У		
Завтрак	<i>Ватрушка французская</i>	120	7	9,9	30,9	171	262		
	<i>Соус сметанный сладкий</i>	40	1,1	1,70	2,40	40	237		
	<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,04	0,32	19,68	94			
	<i>Масло сливочное</i>	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	<i>Чай с сахаром</i>	200	0,18	0,03	13,02	22,20	282		
	<b>ИТОГО</b>	<b>408</b>	<b>11,4</b>	<b>17,75</b>	<b>66,11</b>	<b>380,2</b>			
2-завтрак	<i>Фрукты по сезону</i>	108	1,17	0,36	21,86	96,12	62		
Обед	<i>Суп картофельный с бобовыми и гречками</i>	200	6,1	3,5	23,8	153	62		
	<i>Котлеты, биточки, индичи</i>	70	6,3	1,7	31,1	156,5	97		
	<i>Капуста тушеная</i>	130	3,3	4,9	14,1	113	143		
	<i>Хлеб ржаной</i>	50	3,3	0,6	16,7	87			
	<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	180	0,1	0,1	27,6	109	292		
	<b>ИТОГО</b>	<b>630</b>	<b>19,1</b>	<b>10,8</b>	<b>113,3</b>	<b>618,5</b>			
	<i>Субпродукты по-строгановски</i>	105	12,9	12,1	4	184	126		
Полдник	<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,22	0,42	14,76	70,5			
	<i>Каши вязкая</i>	130	6,3	1,7	34,3	156,5	302		
	<i>Какао на молоке</i>	200	4,13	4,23	12,54	139,41	288		
	<b>ИТОГО</b>	<b>465</b>	<b>25,55</b>	<b>18,45</b>	<b>65,6</b>	<b>550,41</b>			
	<i>Кондитерское изделие</i>	50	4	7,7	35	176	229		
Ужин	<i>Молоко кипяченое</i>	200	5,5	5,6	8,6	106	280		
	<b>ИТОГО</b>	<b>250</b>	<b>9,5</b>	<b>13,3</b>	<b>43,6</b>	<b>282</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1861</b>	<b>66,72</b>	<b>60,66</b>	<b>310,47</b>	<b>1927,23</b>			

Утверждаю  
 Заведующая БДОУ МО Динской район  
 "Детский сад №6" Рогачева И.В./



3 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	100	8,8	11,5	1,7	193	222		
	Сыр	15	2,78	2,11	0,22	31,05	1		
	Хлеб пшеничный	30	2,22	0,42	14,76	70,5			
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,72	80,28			
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	Кофейный напиток на молоке	200	4	3,9	12,3	125	286		
	<b>ИТОГО</b>	<b>413</b>	<b>17,88</b>	<b>23,73</b>	<b>29,09</b>	<b>472,55</b>			
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12			
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	8,5	4,5	11,6	134,72	58		
	Суфле из кур	70	7,1	16,9	3,3	157,1	136		
Обед	Картофель тушеный	130	3,3	9,2	22,7	189	142		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87			
	овоцы по сезону	50	0,95	0,15	3,25	17,5	16		
	Кисель из смеси сухофруктов	180	1	0,2	25,2	107,6	301		
	<b>ИТОГО</b>	<b>680</b>	<b>24,15</b>	<b>31,55</b>	<b>82,75</b>	<b>692,92</b>			
Полдник	Каша жидкая молочная	200	5,98	7,1	29,93	203,05	111		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5			
	Чай с сахаром	200	0,18	0,03	13,02	22,20	282		
	<b>ИТОГО</b>	<b>450</b>	<b>9,96</b>	<b>7,53</b>	<b>67,55</b>	<b>342,75</b>			
Ужин	Сырники из творога	100	15,5	9,8	14,4	209	229		
	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	98,20	277		
	<b>ИТОГО</b>	<b>280</b>	<b>20,72</b>	<b>14,3</b>	<b>21,6</b>	<b>307,2</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1931</b>	<b>73,88</b>	<b>77,47</b>	<b>222,85</b>	<b>1911,54</b>			

Утверждаю  
 Заведующая БЮМО Динской район  
 "Детский сад №6" /Рогачева И.В./



4 ДЕНЬ							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
завтрак	Запеканка из творога	120	4,9	3,3	29,8	175	227
	Соус молочный	40	0,78	1,91	4,71	28,15	239
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	
	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,1	11,3	59	283
	<b>ИТОГО</b>	<b>403</b>	<b>9,82</b>	<b>12,39</b>	<b>63,14</b>	<b>397,4</b>	
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12	
	Свекольник	200	1,6	4,1	10,9	118,35	67
	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	8,1	4,62	2,67	168,13	79
	Картофельное пюре	130	3,25	5,46	19,89	146,9	141
Обед	Овощи по сезону	50	0,95	0,15	3,25	17,5	16
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	27,6	109	292
	<b>ИТОГО</b>	<b>690</b>	<b>17,3</b>	<b>15,03</b>	<b>81,01</b>	<b>646,88</b>	
	Макаронные изделия отварные	130	5,5	4,2	33,3	196	215
Полдник	Яйца вареные	50	5,1	4,6	0,3	63	
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,72	80,28	
	Хлеб пшеничный	30	0,6	2,28	14,76	70,5	239
	Молоко кипяченое	200	5,5	5,6	8,6	106	280
	<b>ИТОГО</b>	<b>470</b>	<b>16,7</b>	<b>16,68</b>	<b>56,96</b>	<b>435,5</b>	
	Булочка домашняя	70	5	3,7	38	169	272
Ужин	Напиток кисломолочный	190	5,51	4,75	7,60	103,65	277
	<b>ИТОГО</b>	<b>260</b>	<b>10,51</b>	<b>8,45</b>	<b>45,6</b>	<b>272,65</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1931</b>	<b>55,5</b>	<b>52,91</b>	<b>268,57</b>	<b>1848,55</b>	

Утверждаю

Заведующая БДОУ МО Динской район  
"Детский сад №61"

Рогоачева И.В./



5 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каши жидкая молочная	180	5,98	7,1	29,93	203,05	111		
	Сыр	15	2,73	2,11	0,22	31,05	1		
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5			
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,18	0,00	11,72	22	284		
	<b>ИТОГО</b>	<b>413</b>	<b>11,25</b>	<b>15,25</b>	<b>56,74</b>	<b>379,6</b>			
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12			
Обед	Суп из овощей	200	1,5	3,4	8,6	72	66		
	Голубцы ленивые	100	9,2	12,6	7	163	122		
	Рагу из овощей	130	8,5	10,2	14,7	185	153		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	27,6	109	292		
	<b>ИТОГО</b>	<b>660</b>	<b>22,6</b>	<b>26,9</b>	<b>74,6</b>	<b>616</b>			
Полдник	Рыба в белом соусе	100	10,3	4,7	3,3	105	76		
	Картофель отварной с маслом	130	3	3,3	22,5	134	139		
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5			
	Кофейный напиток на молоке	200	4	3,9	12,3	125	286		
	<b>ИТОГО</b>	<b>460</b>	<b>19,58</b>	<b>12,14</b>	<b>52,86</b>	<b>434,5</b>			
Ужин	Кондитерское изделие	50	4	7,7	35	176			
	Сок промышленного пр-ва	200	0,2	0,26	22,2	92			
	<b>ИТОГО</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>7,96</b>	<b>57,2</b>	<b>268</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1891</b>	<b>58,8</b>	<b>62,61</b>	<b>263,26</b>	<b>1794,22</b>			

Утверждаю

Заведующая БДОУ МОУ Детской район  
"Детский сад №61" Рогачева И.В.



6 ДЕНЬ								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая	130	6,3	1,7	34,3	156,5	302	
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,72	80,28		
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,18	0,00	11,72	22	284	
	ИТОГО	408	8,84	7,74	60,89	302		
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12		
Обед	Суп картофельный с крупой	200	1,7	5,3	10,9	99	60	
	Тефтели из свинины с рисом	80	8	11,2	9,1	169	105	
	Макаронные изделия отварные	130	5,5	4,2	33,3	196	215	
	Овощи по сезону	50	0,95	0,15	3,25	17,5	16	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
	Кисель из смеси сухофруктов	180	1	0,2	25,2	107,6	301	
	ИТОГО	690	20,45	21,65	98,45	676,1		
	Полдник	Каша жидкая молочная	200	5,98	7,1	29,93	203,05	111
		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
		Какао на молоке	200	4,13	4,23	12,54	139,41	288
ИТОГО		450	13,91	11,73	67,07	459,96		
Ужин	Ватрушка с творогом	70	8,1	5,1	27,6	191	263	
	Сок промышленного пр-ва	200	0,2	0,26	22,2	92		
	ИТОГО	270	8,3	5,36	49,8	283		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1926	52,67	46,84	298,07	1817,18		

Утверждаю  
 Заведующая БДОУ МО Динской район  
 "Детский сад №61" Д.С.И.Рогачева И.В./



7 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	100	8,8	11,5	1,7	193	222		
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,72	80,28			
	Сыр	15	2,73	2,11	0,22	31,05	1		
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5			
	Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,1	11,3	59	283		
	<b>ИТОГО</b>	<b>413</b>	<b>15,29</b>	<b>20,75</b>	<b>28,09</b>	<b>406,55</b>			
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12			
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	6,1	3,5	23,8	153	62		
	Плов из мяса	180	7,23	10,85	30,2	247	113		
Обед	Икра овощная	50	0,9	2,7	4,2	44	74		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	27,6	109	292		
	<b>ИТОГО</b>	<b>660</b>	<b>17,63</b>	<b>17,75</b>	<b>102,5</b>	<b>640</b>			
	Рагу из овощей	150	9,1	10,9	15,8	198	153		
	суфле из субпродуктов	75	12,72	10,5	10,1	153,6	125		
Полдник	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5			
	Кофейный напиток на молоке	200	4	3,9	12,3	125	286		
	<b>ИТОГО</b>	<b>455</b>	<b>28,1</b>	<b>25,54</b>	<b>52,96</b>	<b>547,1</b>			
	Пирожки печеные с яблоками	70	4,2	3,7	30,7	173	250		
Ужин	Напиток кисломолочный	190	5,51	4,75	7,60	103,65	277		
	<b>ИТОГО</b>	<b>260</b>	<b>9,71</b>	<b>8,45</b>	<b>38,3</b>	<b>276,65</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1896</b>	<b>71,90</b>	<b>72,85</b>	<b>243,71</b>	<b>1966,42</b>			

Утверждаю  
 Заведующая БДОУ МО Динской район  
 "Детский сад №61" ВСУ МО /Рогачева И.В./



		8 ДЕНЬ					№ рецептуры	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (К.кал)		
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каши жидкая молочная	180	5,98	7,1	29,93	203,05	111	
	Сыр	15	2,73	2,11	0,22	31,05	1	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5		
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119	
	Чай с сахаром	180	0,17	0,02	11,72	20,00	282	
	<b>ИТОГО</b>	<b>413</b>	<b>11,24</b>	<b>15,27</b>	<b>56,74</b>	<b>377,6</b>		
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12		
Обед	Суп картофельный с клецками	200	1,3	2	8,8	59	61	
	Птица, тушеная в сметанном соусе	80	7,48	14,7	2,08	197,3	290	
	Каши вязкая	130	6,3	1,7	34,3	156,5	302	
	Икра свекольная	50	0,9	3,6	4,7	54,2	47	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	27,6	109	292	
	<b>ИТОГО</b>	<b>690</b>	<b>19,38</b>	<b>22,7</b>	<b>94,18</b>	<b>663</b>		
	Полдник	Котлеты, биточки, индючки	70	6,3	1,7	31,1	156,5	97
		Капуста тушеная	150	3,8	5,6	16,3	130	143
		Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	
Кофейный напиток на молоке		200	4	3,9	12,3	125	286	
	<b>ИТОГО</b>	<b>460</b>	<b>17,14</b>	<b>11,52</b>	<b>79,38</b>	<b>505,5</b>		
Ужин	Кондитерские изделия	50	4	7,7	35	176		
	Сок промышленного пр-ва	200	0,2	0,26	22,2	92		
	<b>ИТОГО</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>7,96</b>	<b>57,2</b>	<b>268</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1921</b>	<b>53,13</b>	<b>57,81</b>	<b>309,36</b>	<b>1910,22</b>		



Утверждаю  
 Заведующая БДОУ МО Дзержинский район  
 "Детский сад №61" Дзержинский район  
 И.В. Рогачева



9 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
Завтрак	Пудинг твороженный	130	6,3	6,25	11,23	256,3	232		
	Соус молочный	30	0,6	1,7	2	25	239		
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25			
	Чай с сахаром	200	0,18	0,02	11,72	20,00	282		
	<b>ИТОГО</b>	<b>403</b>	<b>9,64</b>	<b>14,05</b>	<b>42,28</b>	<b>436,55</b>			
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12			
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	4,5	6,8	73	52		
	Жакое по домашнему	200	11,06	24,64	18,12	338,8	95		
	Овощи по сезону	50	0,95	0,15	3,25	17,5	16		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87			
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,1	0,1	27,6	109	292		
	<b>ИТОГО</b>	<b>680</b>	<b>16,81</b>	<b>29,99</b>	<b>72,47</b>	<b>625,3</b>			
Полдник	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,13	11,8	28,4	247,8	77		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5			
	Какао на молоке	200	4,13	4,23	12,54	139,41	288		
	<b>ИТОГО</b>	<b>450</b>	<b>13,06</b>	<b>16,43</b>	<b>65,54</b>	<b>504,71</b>			
Ужин	Плошка новомосковская	70	5,5	6,09	40,04	204	269		
	Напиток кисломолочный	190	5,51	4,75	7,60	103,65	277		
	<b>ИТОГО</b>	<b>260</b>	<b>11,01</b>	<b>10,84</b>	<b>47,64</b>	<b>307,65</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1901</b>	<b>51,69</b>	<b>71,67</b>	<b>249,79</b>	<b>1970,33</b>			

Утверждаю  
 Заведующая БДЮУ МО Диньской район  
 "Детский сад №61" Диньский район, Рогозцева И.В./



10 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	100	8,8	11,5	1,7	193	222		
	Икра кабачковая	60	1,64	4,31	8,72	80,28			
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25			
	Масло сливочное	8	0,08	5,8	0,11	53	119		
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,20	0,00	13,02	24,4	284		
	<b>ИТОГО</b>	<b>403</b>	<b>11,74</b>	<b>17,58</b>	<b>32,05</b>	<b>352,65</b>			
2-завтрак	Фрукты по сезону	108	1,17	0,36	21,86	96,12			
Обед	Свекольник	200	1,6	4,1	10,9	118,35	67		
	Картофельное пюре	130	3,25	5,46	19,89	146,9	141		
	Котлеты и биточки рыбные	75	12,1	8,6	10,3	168	82		
	салат из свеклы с растительным маслом	50	0,8	4,9	4,8	66	24		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87			
	Кисель из смеси сухофруктов	180	1	0,2	25,2	107,6	301		
	<b>ИТОГО</b>		<b>685</b>	<b>22,05</b>	<b>23,86</b>	<b>87,79</b>	<b>693,85</b>		
Полдник	Каша жидкая молочная	200	5,98	7,1	29,93	203,05	111		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5			
	Кофейный напиток на молоке	200	4	3,9	12,3	125	286		
	<b>ИТОГО</b>	<b>450</b>	<b>13,78</b>	<b>11,4</b>	<b>66,83</b>	<b>445,55</b>			
Ужин	Кондитерские изделия	50	4	7,7	35	176			
	Сок промышленного пр-ва	200	0,2	0,26	22,2	92			
	<b>ИТОГО</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>7,96</b>	<b>57,2</b>	<b>268</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>1896</b>	<b>52,94</b>	<b>61,16</b>	<b>265,73</b>	<b>1856,17</b>			