УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ с. Сосновка

п.В. Якшина 22.11.2024 г.

Велки жиры ды ая ценност 2 день 3автрак №185 Каша пшенная молочная жидкая 200 7,66 8,89 34,76 249,68 №395 Кофейный напиток с молоком 180 2,10 2,10 12,40 76,74 №3 Батон с маслом и сыром 41 3,74 6,26 15,46 133,32 17,25 62,63 459,74 33678 ж второй 100 0,40 0,40 9,80 44,40 0,40 0,40 9,80 44,40 0,40 0,40 0,40 9,80 44,40 0,4		Наименование блюда	Общий 3-7 лет					
Вес блюда Белки блюда жиры Углево ды ая ценност Энергетиче ая ценност 2 день Завтрак №185 Каша пшенная молочная жидкая 200 7,66 8,89 34,76 249,68 №395 Кофейный напиток с молоком 180 2,10 2,10 12,40 76,74 №3 Батон с маслом и сыром 41 3,74 6,26 15,46 133,32 Итого за Завтрак второй №368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 Обед №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №845 Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 10м-2020. Капуста тушёная с мясом 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №339 Напиток из плодов шиповника<			Пищевые вещества					
Ne185 Каша пшенная молочная жидкая 200 7,66 8,89 34,76 249,68				Белки	Жиры		Энергетическ	
Завтрак №185 Каша пшенная молочная жидкая 200 7,66 8,89 34,76 249,68 №395 Кофейный напиток с молоком 180 2,10 2,10 12,40 76,74 №3 Батон с маслом и сыром 41 3,74 6,26 15,46 133,32 Итого за Завтрак: 13,50 17,25 62,63 459,74 Завтрак второй: №368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 Итого за Завтрак второй: 0,40 0,40 9,80 44,40 №358 Яблоки (чищенные) 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №245 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Суп картофельный с вермишелью с урицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №254 Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 10м- 200 0					_	ДЫ	ая ценность	
№185 Каша пшенная молочная жидкая 200 7,66 8,89 34,76 249,68 №395 Кофейный напиток с молоком 180 2,10 2,10 12,40 76,74 №3 Батон с маслом и сыром 41 3,74 6,26 15,46 133,32 Итого за Завтрак: 13,50 17,25 62,63 459,74 Завтрак второй: 0,40 0,40 9,80 44,40 Итого за Завтрак второй: 0,40 0,40 9,80 44,40 Обед Обед №245 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №254- Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 10м- 2020. Раза Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб ржаной 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,22<								
№395 Кофейный напиток с молоком 180 2,10 2,10 12,40 76,74 №3 Батон с маслом и сыром 41 3,74 6,26 15,46 133,32 №368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 сул картофельный с вермишелью с курицей Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №54- 10м- 2020. 10м- 2020. 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 70,14 №12 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,		•						
№3 Батон с маслом и сыром 41 3,74 6,26 15,46 133,32 Итого за Завтрак: 13,50 17,25 62,63 459,74 Завтрак второй: №368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 Обед №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 10м- 2020. 183 Итого за Обед: 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб пшеничный 30 2,24 0,48 16,40 78,80 №237 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 №237 Запекан								
Итого за Завтрак: 13,50 17,25 62,63 459,74 Завтрак второй №368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 Обед №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- 10м- 2020 Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 №1 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,4		•						
Завтрак второй №368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 Итого за Завтрак второй: 0,40 0,40 9,80 44,40 Обед №25 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Сул картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №237 Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженк	Nº3	•	41					
№368 Яблоки (чищенные) 100 0,40 0,40 9,80 44,40 Итого за Завтрак второй: 0,40 0,40 9,80 44,40 Обед №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54-10м-2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Поддник 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №237				13,50	17,25	62,63	459,74	
Итого за Завтрак второй: 0,40 0,40 9,80 44,40 №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №24 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- 10м- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №237 Имолоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 (порции) Ряжен								
Обед №45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №22 Сул картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №237 Лем Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 (порции) Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 №401/Раженка 20	Nº368		100	0,40	0,40	9,80	44,40	
№45 Винегрет 50 0,71 3,40 4,25 50,41 №82 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Мето Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/Ряженка 200 5,80		Итого за Завтрак второй:		0,40	0,40	9,80	44,40	
№82 Суп картофельный с вермишелью с курицей 200 7,52 8,22 16,63 170,60 №54- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 (порции) Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 №401/ 4 Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 №401/ 9 Ряженка 20 5,62 10,36		Обед						
№54- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Пет Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 (порции) Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 </td <td>Nº45</td> <td>Винегрет</td> <td>50</td> <td>0,71</td> <td>3,40</td> <td>4,25</td> <td>50,41</td>	Nº45	Винегрет	50	0,71	3,40	4,25	50,41	
№54- 10м- 2020. Капуста тушёная с мясом 180 21,08 22,69 13,56 342,94 №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахар			200	7,52	8,22	16,63	170,60	
2020. №398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ 4 Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180			180	21,08	22,69	13,56	342,94	
№398 Напиток из плодов шиповника 180 0,61 0,25 18,49 78,69 №13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Полдник Полдник 34,53 35,35 83,82 791,59 №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 №401/ Ряженка 20 5,62 10,36 43,37 289,18 №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №	10м-							
№13 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 70,14 №12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 <t< td=""><td>2020.</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></t<>	2020.							
№12 Хлеб ржаной 40 2,24 0,48 16,40 78,80 №1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Ужин 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	Nº398	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,49	78,69	
№1 Соль 2,22 0,00 0,00 0,00 0,00 Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник №237 (3-7 лет) Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ 4 Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Ужин 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	Nº13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	
Итого за Обед: 34,53 35,35 83,82 791,59 Полдник 100 20,19 10,67 18,10 239,99 (3-7 лет) Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 4 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Ужин 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №997 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	№ 12	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	16,40	78,80	
Полдник №237 (З-7 лет) Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 4 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Ужин 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	Nº1		2,22	0,00	0,00	0,00		
№237 (3-7 лет) Запеканка из творога 100 20,19 10,67 18,10 239,99 №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	Итого за Обед:			34,53	35,35	83,82	791,59	
(3-7 лет) лет) №1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) 20 1,44 1,70 11,10 65,46 №401/ Ряженка 4 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Ужин 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	Полдник							
№1 Молоко сгущенное жирностью 8,5% 20 1,44 1,70 11,10 65,46 (порции) №401/ Ряженка 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	(3-7	Запеканка из творога	100	20,19	10,67	18,10	239,99	
№401/ 4 Ряженка 1 200 5,80 5,00 8,40 101,80 Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76			20	1,44	1,70	11,10	65,46	
Итого за Полдник: 27,43 17,37 37,60 407,25 Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76		· · · ·	200	5,80	5,00	8,40	101,80	
Ужин №697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76		Итого за Полдник:		27.43	17.37	37.60	407.25	
№697 Вареники с картофелем (п/ф) 150 5,62 10,36 43,37 289,18 №393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76				,	,	,	· · · · · · · ·	
№393 Чай с лимоном и сахаром 180 0,16 0,03 6,40 26,56 №13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76	No697		150	5.62	10.36	43 37	280 18	
№13 Хлеб пшеничный 20 1,58 0,20 9,66 46,76		1 1 \ \ 17				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	,	
	Итого за Ужин:		20	7,36	10,59	59,43	362,49	
Итого за день: 83,22 80,96 253,28 2065,48								