

УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова



День 1-я неделя: понедельник

Дата: 30.10.2023

Наименование блюда	Выход блюда 1-3 года	Ккал 1-3 года	Выход Блюда 3-7лет	Ккал 3-7лет
1-й завтрак				
Отварные макароны с маслом и сыром	175	151,3	200	256,6
Бутерброд с маслом	20/5	135,91	25/6	136
Чай с лимоном	150	61,2	170	65
2-й завтрак				
Сок фруктовый	100	68,6	100	68,6
Обед				
Суп картофельный с клецками, со сметаной	150	80,2	200	81,2
Икра из свеклы или овощи по сезону	20	40,04	30	40,04
Тефтели мясные в томатном соусе	50/10	174,2	60/10	175,2
Капуста тушеная	70	104	100	104
Компот из сухофруктов	150	85,6	180	85,6
Хлеб пшеничный	15	187,05	30	187,05
Хлеб ржаной	15	52	30	66,51
Полдник				
Каша с молоком манная жидкая	150	157,4	150	209,9
Какао с молоком	150	90,5	150	101,9
Итого за день		1487,7		1577,6



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 1-я неделя: вторник

Дата: 31.10.2023

Наименование блюда	Выход блюда 1-3 года	Ккал 1-3 года	Выход Блюда 3-7лет	Ккал 3-7лет
1-й завтрак				
Каша с молоком рисовая жидкая				
Бутерброд с маслом	175	75,5	200	80,5
Напиток цикория с молоком	20/5	135,91	25/6	136
2-й завтрак	150	41,2	170	45
Яблоко				
Обед	100	68,6	100	68,6
Суп картофельный с гренками со сметаной				
Овощи по сезону	150	47,4	200	53,4
Шницель рыбный натуральный в томатном соусе	20	10,04	30	10,04
Картофельное пюре	50/10	86,7	70/10	91,1
Компот из сухофруктов	100	157	130	167,3
Хлеб пшеничный	150	85,6	180	85,6
Хлеб ржаной	15	187,04	30	187,05
Полдник	15	52	30	66,5
Омлет натуральный				
Икра кабачковая	70	181,6	70	182,0
Хлеб ржаной	20	90,5	20	90,5
Чай с лимоном	15	52,0	25	66,5
Итого за день:	150	61,2	150	65
		1332,29		1395,09



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 1-я неделя: среда

Дата 01.11.2023

Наименование блюда	Выход блюда 1-3 года	Ккал 1-3 года	Выход Блюда 3-7лет	Ккал 3-7лет
1-й завтрак				
Суп с молоком, с гречневой крупой	175	12,94	200	13,0
Бутерброд с маслом	20/5	135,9	25/6	136
Чай с молоком	150	10,3	170	15,6
2-й завтрак				
Сок фруктовый	100	68,6	100	68,6
Обед				
Борщ с капустой, картофелем и сметаной	150	25,5	200	33,6
Овощи по сезону	20	10,4	30	10,4
Макаронник с мясом говядины с томатным соусом	100/10	150,3	160/10	153,5
Компот из сухофруктов	150	85,6	180	85,6
Хлеб пшеничный	15	187,5	30	187,5
Хлеб ржаной	15	52	20	66,5
Полдник				
Плюшка с сахаром	70	331,4	75	350,34
Ряженка (Снежок)	100	5,1	100	5,1
Итого за день:		1075,5		1125,3



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 1-я неделя: четверг

Дата: 02.11.2023

Наименование блюда	Выход блюда 1-3 года	Ккал 1-3 года	Выход Блюда 3-7лет	Ккал 3- 7лет
1-й завтрак				
Каша геркулесовая с молоком	170	162,5	200	182,5
Бутерброд с маслом, сыром	20/5/5	135,91	25/6/6	136
Какао с молоком	150	90,5	180	101,9
2-й завтрак				
Сок фруктовый	80	68,6	100	68,6
Обед				
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной	150	85,2	200	86,1
Овощи по сезону	20	30	30	32,4
Котлета паровая из мяса птицы	50	110,5	60	112,5
Овощное рагу	90	100,6	120	107,9
Компот из сухофруктов	150	85,6	180	85,6
Хлеб пшеничный	15	187,5	25	187,5
Хлеб ржаной	15	52	20	66,5
Полдник				
Сырники с творогом в сметанно-молочном соусе	60/10	201,79	70/15	205,5
Кисель	150	83,8	150	87,6
Итого		1394,5		1459,8



УТВЕРЖДЕНО:
заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 1-неделя: пятница

Дата: 03.11.2023

Наименование блюда	Выход блюда 1-3 года	Ккал 1-3 года	Выход Блюда 3-7лет	Ккал 3- 7лет
1-й завтрак				
Каша молочная ячневая жидкая	175	121,3	200	129,5
Бутерброд с маслом	20/5	135,91	25/6	136
Напиток цикория с молоком	150	41,2	170	45
2-й завтрак				
Сок фруктовый	90	68,6	100	68,6
Обед				
Суп картофельный с бобовыми	150	72,8	200	79,9
Овощи по сезону	20	10,4	30	10,4
Бефстроганов из отварного мяса в сметанно-молочном соусе.	60	120,3	70	135,6
Макаронь отварные с маслом	100	140,3	100	155,5
Компот из сухофруктов	150	85,6	150	86,6
Хлеб пшеничный	15	187,5	20	187,5
Хлеб ржаной	15	52	20	66,5
Полдник				
Плюшка	70	216,4	80	222,4
Чай сладкий с лимоном	130	88	150	108,9
		1340,31		1432,5

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 680520180065859554254988318067914125794009671649

Владелец Белова Лидия Петровна

Действителен с 05.12.2022 по 05.12.2023