

УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова



День 1-я неделя: понедельник

Дата: 15.07.2024

| 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: 16.07.2024

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



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 1-я неделя: среда

Дата 17.07.2024

| 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 МБОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 1-я неделя: четверг

Дата: 18.07.2024

| 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: 19.07.2024

| 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 |



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 2-неделя: понедельник

Дата: 22.07.2024

| 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 | 160 | 122,3 | 190 | 130,5 |
| Бутерброд с маслом | 20/5 | 135,91 | 25/6 | 136 |
| Кисель с повидлом | 165 | 61,2 | 180 | 65 |
| 2-й завтрак | | | | |
| Сок фруктовый | 90 | 68,6 | 100 | 68,6 |
| Обед | | | | |
| Суп с рыбными консервами | 150 | 90,5 | 200 | 92,3 |
| Овощи по сезону | 20 | 30 | 30 | 32,4 |
| Котлета мясная в томатном соусе | 50/10 | 112,44 | 60/10 | 130,5 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 90 | 198,3 | 120 | 200,1 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 85,6 | 170 | 85,6 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 15,5 | 25 | 187,05 |
| Хлеб ржаной | 15 | 52 | 15 | 66,51 |
| Полдник | | | | |
| Каша с молоком геркулесовая | 150 | 140,3 | 200 | 146,54 |
| Чай с сахаром | 150 | 33,6 | 150 | 33,6 |
| Итого за день | | 1317,8 | | 1374,7 |



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 2-я неделя: вторник

Дата: 23.07.2024

| Наименование блюда | Выход блюда 1-3 года | Ккал 1-3 года | Выход Блюда 3-7 лет | Ккал 3-7 лет |
|---|----------------------------|------------------|---------------------------|-----------------|
| 1-й завтрак | | | | |
| Каша манная с молоком | 175 | 127,3 | 200 | 135,4 |
| Бутерброд с маслом | 20/5 | 135,91 | 25/6 | 136 |
| Какао с молоком | 150 | 90,5 | 180 | 101 |
| 2-й завтрак | | | | |
| Яблоко | 90 | 68,6 | 100 | 68,6 |
| Обед | | | | |
| Суп рисовый со сметаной | 150 | 70,8 | 200 | 89,3 |
| Овощи по сезону | 20 | 30,0 | 30 | 32,4 |
| Шницель рыбный натуральный в томатном соусе | 50/10 | 86,7 | 70/10 | 91,1 |
| Картофельное пюре | 100 | 157 | 130 | 167,3 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 85,6 | 180 | 85,6 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 187,04 | 20 | 187,05 |
| Хлеб ржаной | 15 | 52 | 20 | 66,5 |
| Полдник | | | | |
| Пирожок из дрожжевого теста с картофелем | 60 | 174,79 | 70 | 194,79 |
| Чай с лимоном | 150 | 61,2 | 150 | 65 |
| | | | | |
| Итого за день: | | 1327,44 | | 1420,04 |



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с № 7»

Л.П.Белова

День 2- неделя: четверг

Дата: 25.07.2024

| Наименование блюда | Выход блюда 1-3 года | Ккал 1-3 года | Выход Блюда 3-7лет | Ккал 3-7лет |
|---|----------------------------|------------------|--------------------------|----------------|
| 1-й завтрак | | | | |
| Каша пшеничная с молоком | 175 | 120,8 | 200 | 180,4 |
| Бутерброд с маслом, сыром | 20/5 | 131,91 | 25/6 | 136 |
| Какао с молоком | 150 | 90,5 | 170 | 101,9 |
| 2-й завтрак | | | | |
| Сок фруктовый | 90 | 68,6 | 100 | 68,6 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный вермишелевый со сметаной | 150 | 111,3 | 200 | 150,5 |
| Овощи по сезону | 20 | 10 | 30 | 1-,4 |
| Плов из мяса птицы | 120 | 150,3 | 170 | 153,5 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 85,6 | 180 | 85,6 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 185,5 | 25 | 187,5 |
| Хлеб ржаной | 15 | 52 | 25 | 66,5 |
| Полдник | | | | |
| Ватрушка с творогом | 60/10 | 112,3 | 70/15 | 139,6 |
| Кисель | 150 | 83,8 | 150 | 87,6 |
| Итого | | 1346,9 | | 1544,3 |



УТВЕРЖДЕНО:

заведующий МБДОУ «Светлоярский д/с №7»

Л.П.Белова

День 2-я неделя: пятница

Дата: 26.07.2024

| Наименование блюда | Выход блюда 1-3 года | Ккал 1-3 года | Выход Блюда 3-7лет | Ккал 3-7лет |
|--|----------------------------|------------------|--------------------------|----------------|
| 1-й завтрак | | | | |
| Суп вермишелевый с молоком | 175 | 217,14 | 200 | 181,33 |
| Бутерброд с маслом | 20/5 | 131,91 | 25/6 | 136 |
| Чай с молоком | 150 | 41,2 | 170 | 45,5 |
| 2-й завтрак | | | | |
| Сок фруктовый | 90 | 68,6 | 100 | 68,6 |
| Обед | | | | |
| Суп картофельный с гренками и сметаной | 150 | 92,0 | 200 | 88,0 |
| Овощи по сезону | 20 | 30 | 30 | 32,4 |
| Жаркое по домашнему, с мясом птицы | 100 | 325,6 | 160 | 370,6 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 85,6 | 170 | 85,6 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 187,5 | 20 | 187,5 |
| Хлеб ржаной | 15 | 52 | 20 | 66,51 |
| Полдник | | | | |
| Омлет натуральный | 70 | 181,6 | 70 | 182,0 |
| Чай с сахаром | 150 | 33,6 | 150 | 33,6 |
| Хлеб ржаной | 20 | 52 | 30 | 66,51 |
| Икра кабачковая | 20 | 90,5 | 20 | 90,5 |
| Итого за день | | 1589,25 | | 1634,65 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 367631368242343721851914175269218151721164225247

Владелец Белова Лидия Петровна

Действителен с 11.12.2023 по 10.12.2024