

ушающего МАДОУ дет
ДЕТСКИЙ
риказ от «04» июля 20
№ 472
ОГРН 1146658008122

И.О заведующего МАДОУ детский сад № 472

Приказ от «04» июля 2022г. № 68/1

**Муниципального автономного дошкольного
образовательного учреждения детского сада № 472
(1-3 года)**

День первый

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Суп молочный с крупой	150	2,61	1,65	3,41	9,75	86,63	№4.22/2
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Сыр	8	1,91	1,91	1,97		25,91	№7.435/1
Кофейный напиток с молоком	150	1,07	0,53	1,00	10,96	63,67	№7.084/1
		7,13	4,09	6,98	31,37	223,21	

Второй завтрак 10.00

Сок фруктовый	150	0,75		0,15	15,15	69,00	№7.031-4
		0,75		0,15	15,15	69,00	

Обед

Щи из свежей капусты со сметаной	150	1,73	0,14	3,00	9,95	75,64	№7.6/2/4
Жаркое по-домашнему	180	11,67	9,10	10,81	17,83	232,79	№7.070
Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	40	0,50		2,96	3,67	44,38	№7.21/1/2
Кисель из кураги	150	0,44			19,57	81,39	№7.024
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		17,84	9,24	17,23	73,58	534,70	

Полдник

Пудинг из творога	80	9,35	9,07	13,42	17,26	249,73	№4.17/5
Сгущенное молоко	10	0,76	0,76	0,90	5,91	33,79	№7.262
Сдоба обыкновенная	60	5,54	4,30	4,02	33,78	210,72	№7.8/12
Чай	150			6,81	14,13	28,43	№4.10/10
		15,65	14,13	18,34	63,76	522,67	
Итого:		41,37	27,46	42,70	183,86	1349,58	

День второй

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	3,70	1,92	4,83	18,15	142,34	№4.16/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Масло сливочное	3	0,02	0,02	2,48	0,02	22,44	№7.01/1
Какао с молоком	150	2,23	1,82	2,29	12,63	86,54	№7.285
		7,49	3,76	10,20	41,46	298,32	

Второй завтрак 10.00

Сок фруктовый	150	0,75		0,15	15,15	69,00	№7.031-4
		0,75		0,15	15,15	69,00	

Обед

Свекольник со сметаной	150	1,31	0,52	3,43	10,53	80,00	№4.5/2
Суфле из мяса говядины	50	12,32	11,88	10,89	1,52	170,21	№7.26/8/3
Макаронные изделия отварные	120	4,71	1,11	2,78	32,74	185,70	№7.н151-2
Салат из капусты со сладкой кукурузой	40	0,79		2,09	5,39	41,15	№7.425/1
Компот из кураги и изюма	150	0,30			16,33	66,77	№7.138
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
		21,41	13,87	19,55	79,05	598,13	

Полдник

Тефтели рыбные в соусе	110	9,32	8,94	5,47	9,55	152,40	№8.11/7
Картофельное пюре	80	1,60	1,31	2,00	11,84	76,65	№7.64-1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
Вафли	10	0,32		0,28	8,09	35,00	№7.221
Снежок	150	3,37	3,37	4,15	14,13	107,57	№7.082-3
		16,13	12,62	12,08	53,63	417,82	
Итого:		45,78	31,25	41,98	189,29	1383,27	

День третий

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	3,86	3,02	4,74	19,25	147,90	№4.19/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Сыр	8	1,91	1,91	1,97		25,91	№7.435/1
Чай с лимоном	150	0,03			11,08	46,80	№7.022/2
		7,34	4,93	7,31	40,99	267,61	

Второй завтрак 10.00

Фрукты	120	0,42		0,42	12,46	47,52	№7.н008
		0,42		0,42	12,46	47,52	

Обед

Суп фасолевый	150	1,33	0,12	4,13	9,88	87,35	№7.32/2/4
Котлета из мяса	60	9,32	9,01	8,17	2,80	134,53	№7.н163/5
Рагу из овощей	100	1,58		2,54	10,88	73,95	№7.18/3/3
Салат из белокачанной капусты с огурцом и растительным маслом	40	0,45		2,69	1,77	30,81	№7.7/1/2
Компот из сухофруктов	150	0,37			13,27	57,81	№7.115/1
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		16,55	9,13	17,67	61,16	484,95	

Полдник

Запеканка из творога	80	10,61	10,33	13,01	10,14	223,01	№7.9/5/3
Сгущенное молоко	10	0,76	0,76	0,90	5,91	33,79	№7.262
Пирожок с капустой	60	4,00	3,22	5,22	19,47	152,32	№7.206с/1
Кефир	150	4,19	4,19	4,79	6,14	83,87	№7.075
		19,56	18,50	23,92	41,66	492,99	
Итого:		43,87	32,56	49,32	156,27	1293,07	

День четвертый

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	4,47	4,02	5,50	18,30	145,76	№7.н080
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.089-3
Масло сливочное	3	0,02	0,02	2,48	0,02	22,44	№7.01/1
Кофейный напиток с молоком	150	1,07	0,83	1,00	10,96	63,67	№7.084/1
		7,10	4,87	9,58	39,94	278,87	

Второй завтрак 10.00

Фрукты	120	0,42		0,42	12,46	47,52	№7.н008
		0,42		0,42	12,46	47,52	

Обед

Суп-лапша на курином бульоне	150	1,31	0,70	2,31	9,12	66,71	№4.20/2
Суфле из мяса куры	60	12,89	12,03	16,54	3,06	237,14	№4.8/9
Капуста тушеная	120	2,39	1,45	3,19	11,80	83,10	№7.н76с/3
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	0,42		2,24	3,17	34,96	№7.20/1/3
Компот из чернослива и изюма	150	0,19			16,32	67,09	№7.072
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		20,70	14,18	24,82	66,03	589,50	

Полдник

Морковь тушеная	100	1,39	0,99	4,60	10,48	90,75	№4.10/3
Шанежка с картофелем	60	3,87	2,79	4,29	20,90	150,16	№7.148
Чай с молоком	150	1,38	0,85	1,48	9,52	61,30	№7.118/3
		6,64	4,63	10,37	40,90	302,21	
Итого:		34,86	23,68	45,19	159,33	1218,10	

День пятый

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,41	3,85	4,94	19,57	156,36	№4.11/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Повидло	5	0,02			3,37	12,75	№7.185/2
Какао с молоком	150	2,23	1,32	2,29	12,63	86,54	№7.285
		8,20	5,17	7,83	46,23	302,65	

Второй завтрак 10.00

Фрукты	120	0,42		0,42	12,46	47,52	№7.н008
		0,42		0,42	12,46	47,52	

Обед

Суп картофельный с бобовыми	150	3,19	1,01	2,99	13,20	97,74	№7.17/2/3
Тефтели из говядины с рисом «Ёжики»	60	8,62	8,12	7,99	4,15	134,42	№7.104
Гарнир овощной сборный	100	2,57	1,65	0,92	12,18	70,23	7.36/3/3
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	30	0,52		1,03	2,76	19,66	№7.055
Напиток из шиповника	150	0,29			15,81	65,37	№7.063
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Итого:		17,17	10,78	13,29	60,64	441,72	

Полдник

Омлет натуральный	100	7,86	7,71	10,07	2,53	147,25	№7.н 038/1
Пряник	25	1,20	0,70	0,70	19,43	45,60	№7.007
Йогурт питьевой	150	7,49	7,49	4,79	12,73	127,30	№7.023
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		18,07	15,90	15,74	44,71	408,25	
Итого:		43,86	31,85	37,28	164,04	1200,14	

День шестой

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,32	3,69	6,06	19,41	152,30	№4.8/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Сыр	8	1,91	1,91	1,97		25,91	№7.435/1
Чай с молоком	150	1,38	0,85	1,48	9,52	61,30	№7.118/3
		9,15	6,45	10,11	39,59	286,51	

Второй завтрак 10.00

Сок фруктовый	150	0,75		0,15	15,15	69,00	№7.031-4
		0,75		0,15	15,15	69,00	

Обед

Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	150	1,60	0,75	2,63	12,36	84,34	№7.060
Гуляш из отварного мяса говядины	50	14,51	12,15	14,95	3,23	228,35	№7.12/8
Каша рисовая рассыпчатая	100	2,50	1,31	2,75	20,31	119,96	№7.45/3/3
Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растительным маслом	40	0,54		0,92	3,74	23,99	№7.32/1/3
Компот из сухофруктов	150	0,37		0,02	13,27	57,82	№7.115/1
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		23,02	15,21	18,19	68,87	424,96	

Полдник

Запеканка из творога с изюмом	80	12,78	11,99	15,96	16,71	289,25	№7.11/5
Сгущенное молоко	10	0,76	0,76	0,90	5,91	33,79	№7.262
Печенье	15	1,56	0,16	0,78	11,52	68,70	№7.005
Чай	150			6,81	14,13	28,43	№4.10/10
		15,10	12,91	24,45	48,27	420,17	
Итого:		48,02	33,57	52,90	149,23	1199,64	

День седьмой

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,41	3,85	4,94	20,14	156,36	№4.15/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Масло сливочное	3	0,02	0,02	2,48	0,02	22,44	№7.01/1
Кофейный напиток с молоком	150	1,07	0,53	1,00	10,96	63,67	№7.084/1
		7,04	4,40	9,02	41,78	289,47	

Второй завтрак 10.00

Сок фруктовый	150	0,75		0,15	15,15	69,00	№7.031-4
		0,75		0,15	15,15	69,00	

Обед

Уха рыбацкая	150	5,13	4,44	1,74	8,27	82,61	№4.30/2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	150	11,50	8,30	10,77	23,49	256,78	№4.36/8
Соус сметанный	20	0,23	0,19	1,62	0,80	21,04	№4.6/11
Икра кабачковая	30	0,60		2,70	2,82	36,54	№7.275/2
Компот из чернослива	150	0,19			16,27	67,26	№7.028
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
		19,63	12,93	17,19	64,19	518,53	

Полдник

Тефтели рыбные с рисом в соусе	120	16,99	15,87	11,21	9,57	225,91	№7.12/7/4
Вафли	10	0,32		0,28	8,09	35,00	№7.221
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
Снежок	150	3,37	3,37	4,15	14,13	107,57	№7.082-3
		22,20	19,24	15,82	41,81	293,06	
Итого:		49,62	36,57	42,18	162,93	1291,68	

День восьмой

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	3,43	3,16	4,75	16,64	134,81	№4.4/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Сыр	8	1,91	1,91	1,97		25,91	№7.435/1
Какао с молоком	150	2,23	1,32	2,29	12,63	86,54	№7.285
		9,11	6,39	9,61	39,93	294,26	

Второй завтрак 10.00

Сок фруктовый	150	0,75		0,15	15,15	69,00	№7.031-4
		0,75		0,15	9,00	36,00	

Обед

Суп из овощей вегетарианский со сметаной	150	1,27	0,18	3,37	7,42	68,96	№7.170
Тефтели из мяса, паровые	60	9,18	8,76	8,38	4,61	144,01	№7.н191/3
Картофель отварной	120	2,15	1,16	4,03	18,72	128,12	№7.1/3/4
Соус молочный с овощами	30	0,55	0,21	1,39	1,89	24,42	№7.5/11/1
Салат из капусты с луком и раст.маслом	30	0,48		2,03	3,41	31,24	№7.6/1/3
Кисель из брусники	150	0,15		0,01	18,13	78,79	№7.8/10/4
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		17,28	10,31	19,75	76,74	576,04	

Полдник

Суфле творожное	80	9,60	8,45	14,80	10,90	240,48	№4.19/5
Сгущенное молоко	10	0,76	0,76	0,90	5,91	33,79	№7.262
Мармелад	15	0,06			11,49	43,95	№7.222/1
Чай с молоком	150	1,38	0,85	1,48	9,52	61,30	№7.118/3
		11,80	10,06	17,18	37,82	379,52	
Итого:		38,94	26,76	46,69	169,64	1252,82	

День девятый

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		Всего	В т.ч. живот. происхождения				
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	3,67	3,35	4,50	17,69	136,38	№4.14/4
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Масло сливочное	3	0,02	0,02	2,48	0,02	22,44	№7.01/1
Чай с лимоном	150	0,03			11,08	46,80	№7.022/2
		5,26	3,37	7,58	39,45	252,62	

Второй завтрак 10.00

Фрукты	120	0,42		0,42	12,46	47,52	№7.н008
		0,42		0,42	12,46	47,52	

Обед

Борщ со сметаной	150	1,33	0,98	3,42	9,29	75,37	№4.2/2
Гуляш из мяса куры	60	7,23	7,01	7,73	2,39	119,61	№7.190-1с/3
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	4,58	2,72	5,55	28,40	177,26	№7.44/3/4
Салат из свежих помидор с растительным маслом	30	0,03		3,06	1,38	33,29	№7.15/1/3
Компот из сухофруктов и шиповника	150	0,30			14,52	59,70	№7.7/10/2
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		16,97	10,71	20,3	78,54	565,73	

Полдник

Рагу из овощей с соусом молочным	120	2,99	1,87	4,78	17,34	130,47	№7.19/3/4
Манник	50	5,55	4,60	6,88	32,43	229,53	№7.103/5
Кефир	150	4,19	4,19	4,79	6,14	83,87	№7.075
		12,73	10,66	16,45	55,91	443,87	
Итого:		35,38	24,74	44,75	186,36	1309,74	

День десятый

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Эн/ц, ккал	№ технологической карты
		всего	В т.ч. живот. происхождения				
Суп молочный с лапшой	150	2,47	2,08	2,87	9,39	79,79	№7.21/2/3
Батон йодированный	20	1,54		0,60	10,66	47,00	№7.189-3
Масло сливочное	3	0,02	0,02	2,48	0,02	22,44	№7.01/1
Кофейный напиток с молоком	150	1,07	0,53	1,00	10,96	63,67	№7.084/1
		5,10	2,63	6,95	31,03	212,90	

Второй завтрак 10.00

Фрукты	120	0,42		0,42	12,46	47,52	7.н008
		0,42		0,42	12,46	47,52	

Обед

Рассольник с крупой и сметаной	150	1,39	0,72	3,51	10,52	84,70	№4.11/2
Бигус с мясом	150	19,14	15,76	8,69	13,08	170,66	№7.061/4
Салат из отвар. картофеля,моркови,свеклы с реп.луком,сол.огурцом и растит. маслом	30	0,43		2,69	3,29	41,95	№7.29/1/3
Напиток из шиповника	150	0,29			15,81	65,37	№7.063
Хлеб ржаной	30	1,98		0,36	12,54	54,30	№7.002/1
		13,23	16,48	15,25	55,24	416,98	

Полдник

Яйцо отварное	20	2,40	2,40	2,03	0,14	31,40	№4.1/6
Плюшка с маком	60	4,96	3,49	5,44	32,09	215,05	№7.118p
Чай с молоком	150	1,38	0,85	1,48	9,52	61,30	№7.118/3
Хлеб пшеничный	20	1,52		0,18	10,02	46,20	№7.050
		10,26	6,74	9,13	51,77	353,95	
Итого:		39,01	25,85	31,75	150,50	1031,35	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 169177165118267161520330340874880397572188874087

Владелец Рахматова Анастасия Валерьевна

Действителен с 15.07.2022 по 15.07.2023