

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с "Сказка" с. Кичуй"
Нуретдинова В.А.

согласно контракта
№2025.034
от 28.03.2025

День 7 - ой

День 7 - ой		Масса порции 1-3 года	Пищевые вещества			кая ценность	Витамин
Наименование блюд и продуктов			белки	жиры	угл-ды	Ккал	С
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	5,08	4,78	27,39	173,76	0,67	
Кофейный напиток с молоком Бутероррод с сыром, маслом сливочным	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17	
	25/10/5	4,55	7,02	12,92	132,83		
Итого:	369	12,49	14,21	46,29	349,26	1,84	
2 - ой ЗАВТРАК							
Фрукты свежие(яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	
ОБЕД							
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	0,57	2,44	3,34	37,56		
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки	150	2,13	2,75	11,28	86,55	3,50	
Гуляш из отварной индейки	30/30	10,16	6,06	2,04	102,23	1,70	
каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным	110/2	3,12	1,55	21,64	112,94		
Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	11,00	46,05	0,68	
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	13,86	69,30		
Итого:	547	18,41	13,34	63,16	454,63	5,88	
ПОЛДНИК							
Кисломолочный напиток (Кефир,ряженка,катык)	150	4,35	3,75	6,00	75,00	1,05	
Кисломолочный напиток							
Кондитерское изделие пряники	35	4,2	2,065	26,25	128,1	0	
Омлет натуральный	130	9,07	12,11	34,96	256,67	0,22	
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00		
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	0,10	0,02	5,17	21,78	2,02	
Итого:	495	19,24	18,11	82,22	528,55	3,29	
ВСЕГО:	1511	50,54	46,06	201,47	1379,44	21,01	

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д/с "Сказка" с. Кичуй"
Нуретдинова В.А.

согласно контракта
№2025.034
от 28.03.2025

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции 3-7 лет	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	6,54	6,15	35,21	223,41	0,86
Кофейный напиток с молоком	180/6	2,85	2,41	5,99	42,67	1,17
Бутерброд с сыром, маслом сливочным	30/10/5	4,93	7,16	15,49	146,10	
Итого:	414	14,32	15,72	56,69	412,18	2,03
2 - ой ЗАВТРАК						
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ОБЕД						
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,85	3,66	5,01	56,34	
Суп картофельный с клецками на бульоне из индейки	180	3,05	3,76	15,70	120,08	4,14
Гуляш из отварной индейки	40/40	13,55	8,08	2,72	136,31	2,19
Каша перловая рассыпчатая с овощами и маслом сливочным	130/3	3,69	2,29	25,58	137,68	
Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	13,20	55,26	0,81
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	17,82	89,10	
Итого:	678	24,25	18,47	80,03	594,77	7,14
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток (Кефир, ряженка, катык)	180	5,22	4,50	7,20	90,00	1,26
Кондитерское изделие пряники	35	4,2	2,065	26,25	128,1	0
ужин						
Омлет натуральный	150	11,62	15,01	43,20	335,23	0,26
Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	0,13	0,03	6,23	26,48	2,83
Итого:	583	23,07	21,80	95,18	638,56	4,35
ВСЕГО:	1775	62,04	56,39	241,70	1692,51	23,52