

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУЦ ДСОВ № 29

Е.А. Панченко

22.07.2024

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. Карты
завтрак	Суп молочный с крупой	150	117	4,32	4,97	13	1
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	160	65	1,4	1,4	12,3	14
	Бутерброд с маслом и сыром 30/8/5	43	167	6,7	9,6	13,2	2
Итого за прием пищи		353	349	12,42	15,97	38,5	
2 завтрак	Напиток из консерв. фруктов	100	62,5	0,1	0	16,1	108
Итого за прием пищи		100	62,5	0,1	0	16,1	
обед	Огурец соленый	30	6,5	0,38	0	1,88	17
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	88,56	4,34	3,93	8,95	154
	Голубцы ленивые	150	250	17	16,6	8	377
	Компот из сухофруктов	150	67	0,7	0,03	15,4	292
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
Итого за прием пищи		510	482,56	24,7	20,8	48,99	
полдник	Булочка "Российская"	40	140,97	2,89	3,38	24,72	415
	Молоко кипяченое	160	96	4,64	5,12	7,52	419
Итого за прием пищи		200	236,97	7,53	8,5	32,24	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1163	1131,03	44,75	45,27	135,83	

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29

Е.А. Панченко

23.07.2024

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Каша манная жидкая с маслом сливочным	153	138	3,8	5,9	17,6	194
	Чай с сахаром	160	33,85	0,05	0,01	8,39	411
	Бутерброд с маслом и сыром 30/8/5	43	167	6,7	9,6	13,2	2
Итого за прием пищи		356	305	10,5	15,5	30,8	
2 завтрак	Молоко кипяченое	100	55,02	2,9	2,5	4,8	534
Итого за прием пищи		100	55,02	2,9	2,5	4,8	
обед	Зеленый горошек	30	50,25	1,178	3,81	2,93	24
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	160	63,08	2,2	2,45	8,36	80
	Макароны отварные	100	157	4,3	3,4	26,7	215
	Котлета мясная	50	130,11	7,87	7,57	8,28	299
	Соус томатный	30	31,4	0,59	1,66	3,33	366
	Компот из конс. фруктов	150	125,3	0,2	0	32,3	108
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
Итого за прием пищи		550	627,64	18,618	19,13	96,66	
полдник	Печенье	30	152	4,2	5,4	22,4	8
	Кисель из концентратов	170	68,4	0	0	18	46
Итого за прием пищи		200	220,4	4,2	5,4	40,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1206	1241,91	36,268	42,54	181,05	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29

Е.А. Панченко

24.07.2024

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Запеканка из творога	130	341	21,9	15,8	27,6	227
	Соус молочный	30	55,81	0,89	1,93	8,72	152
	Чай с сахаром	160	18	0,1	0,02	4,6	282
	Бутерброд с маслом 30/8	38	103	2,3	4,13	12	1
Итого за прием пищи		358	517,81	25,19	21,88	52,92	
2 завтрак	Напиток из плодов шиповника	100	47,03	0,34	0,14	9,49	417
Итого за прием пищи		100	47,03	0,34	0,14	9,49	
обед	Салат из свеклы с огурцами солеными	30	26,24	0,43	1,83	2,0	37
	Суп картофельный с вермишелью	150	71,46	14,01	1,6	1,69	88
	Каша гречневая	130	171,54	6,33	3,63	28,62	179
	Гуляш из отварного мяса	50	212	14,5	15,7	3,2	93
	Компот из сухофруктов	150	109,27	1,44	0,08	25,38	531
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
Итого за прием пищи		540	715,02	33,59	30,4	76,63	
полдник	крекель с сахаром	40	155,26	2,94	4,9	24,93	443
	Чай с лимоном	165	36	0,12	0	8,52	38
Итого за прием пищи		205	191,26	3,06	4,9	33,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1203	1471,12	62,18	57,32	172,49	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29

Е.А. Панченко

25.07.2024

	Название б.пода	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	153	181	5,6	6	27,4	199
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	160	48	1	1	9	287
	Бутерброд с маслом и сыром 30/8/5	43	167	6,7	9,6	13,2	2
Итого за прием пищи		356	396	13,3	16,6	49,6	
2 завтрак	Сок яблочный	100	46	0,5	0,1	10,1	537
	Итого за прием пищи	100	46	0,5	0,1	10,1	
обед	Кукуруза консерв. отварная	30	33	3	0,12	4,98	212
	Борщ с капустой и картофелем	150	68,22	1,4	3,4	8,69	63
	Каша рисовая рассыпчатая	110	163,49	2,79	3,98	29,12	332
	Суфле из печени	60	143	12,9	9,3	1,8	126
	Соус томатный	30	31,4	0,59	1,66	3,33	366
	Компот из сухофруктов	150	109,27	1,44	0,08	25,33	551
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
Итого за прием пищи		560	618,88	24,4	18,78	88,01	
полдник	Пряник	30	152	4,2	5,4	22,4	8
	напиток кисломолочный	170	91,8	4,93	4,25	7,14	420
Итого за прием пищи		200	243,8	9,13	9,65	29,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1216	1304,68	47,33	45,13	177,25	



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ ДСОВ № 29
Е.А. Панченко

26.07.2024

	Название блюда	Выход гр.	энерг. ценность	белки	Жиры	углеводы	№ реп. карты
завтрак	Каша питательная молочная жидкая	150	187	5,6	6,6	26,4	198
	Какао на сгущенном молоке	160	88	2,3	2,4	14,8	289
	Бутерброд с маслом и сыром 38/8/5	43	167	6,7	9,6	13,2	2
Итого за прием пищи		353	442	14,6	18,6	54,4	
2 завтрак	Компот из консерв. фруктов	100	62,8	0,1	0	16,1	108
Итого за прием пищи		100	62,8	0,1	0	16,1	
обед	Огурец соленый	30	3,9	0,2	0	0,5	38
	Суп рыбный (сайра)	150	96,47	5,88	3,15	10,47	95
	Жаркое по-домашнему	150	258,4	17,7	15,8	11,3	374
	Компот из сухофруктов	150	109,27	1,44	0,08	25,33	551
	Хлеб	30	70,5	2,28	0,24	14,76	115
Итого за прием пищи		510	538,54	27,5	19,27	62,36	
полдник	Рогалик со сгущенкой	50	198	4,8	4,9	3,8	291
	Чай с сахаром	160	18	0,1	0,02	4,6	282
Итого за прием пищи		210	216	4,9	4,92	8,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1173	1259,34	47,1	42,79	141,26	