 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 1 (1,5-3Х)** |
| Завтрак | Каша гречневая рассыпчатая | 114,0 | 5,7 | 4,82 | 27,45 | 180,34 | 0 | 1.1 | 165 |
|  | Яйца вареные | 40,0 | 6,6 | 6,1 | 0,3 | 80,0 | 0 | 1.2 | 218 |
|  | Бутерброды с маслом | 34,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0 | 1.3 | 1 |
|  | Чай с лимоном | 154,0 | 0,11 | 2,03 | 6,65 | 26,29 | 2,03 | 1.4 | 393 |
| 2завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 1.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **437,0** | **14,62** | **15,19** | **65,69** | **442,4** | **5,63** |  |  |
| Обед | Суп крестьянский | 150,0 | 1,8 | 2,38 | 9,88 | 79,87 | 5,1 | 1.6 | 204 |
|  | Котлеты рубленые | 60,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 1.7 | 282 |
|  | Капуста тушеная | 110,0 | 3,2 | 7,1 | 12,2 | 122,6 | 18,7 | 1.9 | 336 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 1.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 1.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **510,0** | **16,9815** | **17,245** | **70,8805** | **502,425** | **24,606** |  |  |
| Полд-ник | Сок фруктовый | 150,0 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,0 | 3,0 | 1.13 | 399 |
|  | Печенье | 25,0 | 3,638 | 5,72 | 36,416 | 202,694 | 0,0 | 1.8 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **175,0** | **7,207** | **4,484** | **12,557** | **156,125** | **3,975** |  |  |
| ужин | Пудинг из творога (запеченный) | 65,0 | 13,626 | 9,684 | 21,894 | 229,5 | 0,171 | 1.14 | 235 |
|  | Соус молочный | 15,0 | 0,309 | 0,786 | 1,0635 | 12,57 | 0,048 | 1.15 | 350 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 2,34 | 1,995 | 10,635 | 70,005 | 0,975 | 1.16 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 3,8 | 0,4 | 22,4 | 111,4 | 0,0 | 1.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **7,585** | **6,62** | **40,96** | **255,38** | **0,975** |  |  |
| **Итого за пер-вый день** |  | **1372,0** | **46,3935** | **43,539** | **190,0875** | **1356,33** | **35,186** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 1 (с 3-7лет)** |
| Завтрак | Каша гречневая рассыпчатая | 136,0 | 6,0 | 6,8 | 29,2 | 202,0 | 0 | 1.1 | 165 |
|  | Яйца вареные | 40,0 | 6,6 | 6,1 | 0,3 | 80,0 | 0 | 1.2 | 218 |
|  | Бутерброды с маслом | 42,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0 | 1.3 | 1 |
|  | Чай с лимоном | 188,0 | 0,126 | 0,018 | 10,206 | 41,004 | 2,826 | 1.4 | 393 |
| 2завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 1.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **506,0** | **16,026** | **16,298** | **82,086** | **541,304** | **6,426** |  |  |
| Обед | Суп крестьянский | 180,0 | 2,5 | 2,8 | 17,0 | 103,25 | 8,2402 | 1.6 | 204 |
|  | Котлеты рубленые | 80,0 | 12,424 | 9,424 | 12,856 | 185,336 | 0,12 | 1.7 | 282 |
|  | Капуста тушеная | 130,0 | 4,2 | 9,3 | 15,7 | 158,9 | 19,8 | 1.9 | 336 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 180,0 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 1.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 1.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **620,0** | **22,887** | **22,944** | **90,677** | **652,166** | **25,932** |  |  |
| Полд-ник | Сок фруктовый | 180,0 | 0,9 | 0,18 | 18,18 | 82,8 | 3,6 | 1.13 | 399 |
|  | Печенье | 45,0 | 4,8 | 6,4 | 48,4 | 271,0 | 0,0 | 1.8 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **225,0** | **9,24** | **6,116** | **36,416** | **238,986** | **5,346** |  |  |
| ужин | Пудинг из творога (запеченный) | 100,0 | 20,439 | 14,526 | 32,8455 | 344,25 | 0,2565 | 1.14 | 235 |
|  | Соус молочный | 30,0 | 0,515 | 1,31 | 1,7725 | 20,45 | 0,08 | 1.15 | 350 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 3,12 | 2,66 | 14,18 | 93,34 | 1,3 | 1.16 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 30,0 | 3,8 | 0,4 | 22,4 | 111,4 | 0,0 | 1.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **340,0** | **10,158** | **9,514** | **42,568** | **333,73** | **1,3** |  |  |
| **Итого за пер-вый день** |  | **1691,****0** | **58,311** | **54,872** | **251,74****7** | **1766,186** | **39,004** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 3 (с 1,5 – 3 х лет)** |
| Завтрак | Запеканка из творога с морковью | 130,0 | 17,49 | 15,435 | 35,67 | 351,0 | 1,065 | 3.1 | 238 |
|  | Соус молочный | 15,0 | 0,309 | 0,786 | 1,0635 | 12,57 | 0,048 | 3.2 | 350 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 3.3 | 392 |
|  | Масло сливочное | 5,0 | 4,15 | 0,05 | 0,05 | 37,4 | 0,0 | 3.4 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Хлеб пшеничный | 30,0 | 2,25 | 0,87 | 15,27 | 79,2 | 0,0 | 3.5 | Готовое изделие промышленного производства |
| 2 завтрак | яблоко | 95,0 | 0,38 | 0,285 | 9,785 | 43,7 | 4,75 | 3.6 | 368а |
| **Суммарный объем блюд** | **425,0** | **33,579** | **19,721** | **71,5885** | **560,83** | **10,363** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 150,0 | 3,69 | 3,852 | 11,61 | 95,94 | 4,194 | 3.8 | 81 |
| Печень по-строгановски с соусом сметанным | 80,0 | 12,4 | 8,5 | 2,0 | 134,0 | 3,45 | 3.9 | 431 |
| Макаронные изделия отварные | 110,0 | 4,608 | 0,66 | 24,912 | 124,08 | 0,0 | 3.10 | 204 |
| Сок фруктовый | 150,0 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,0 | 3,0 | 3.12 | 399 |
| Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 1.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **530,0** | **19,707** | **12,908** | **74,433** | **489,348** | **14,49** |  |  |
| Полд-ник | Молоко кипяченое | 150,0 | 4,575 | 4,08 | 7,575 | 85,005 | 2,055 | 3.14 | 400 |
|  | Вафли | 30,0 | 4,83 | 4,783 | 24,416 | 155,0 | 0,0 | 3.15 | 152 |
| **Суммарный объем блюд** | **180,0** | **2,94** | **3,02** | **29,8** | **162,0** | **3,0** |  |  |
| Ужин | Салат из сол.огурца с луком | 40,0 | 0,468 | 0,08 | 2,916 | 14,24 | 8,988 | 3.7 | 37 |
|  | Омлет паровой с мясом | 65,0 | 8,04 | 9,87 | 1,26 | 126,0 | 0,27 | 3.16 | 224 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 3.18 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 30,0 | 2,25 | 0,87 | 15,27 | 79,2 | 0,0 | 3.5 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **285,0** | **21,805** | **12,108** | **42,459** | **369,006** | **13,553** |  |  |
| **Итого за третий день** |  | **1420,0** | **78,131** | **47,757** | **218,2805** | **1581,184** | **41,406** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 3 (с 3-7лет)** |
| Завтрак | Запеканка из творога с морковью | 150,0 | 23,32 | 20,58 | 47,56 | 468,0 | 1,42 | 3.1 | 238 |
|  | Соус молочный | 30,0 | 0,618 | 1,572 | 2,127 | 25,14 | 0,096 | 3.2 | 350 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 3.3 | 392 |
|  | Масло сливочное | 5,0 | 4,15 | 0,05 | 0,05 | 37,4 | 0,0 | 3.4 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Хлеб пшеничный | 40,0 | 3,07 | 1,07 | 20,93 | 107,21 | 0,0 | 3.5 | Готовое изделие промышленного производства |
| 2 завтрак | Яблоко  | 100,0 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 46,0 | 4,75 | 3.6 | 368а |
| **Суммарный объем блюд** | **505,0** | **43,558** | **26,632** | **93,967** | **733,03** | **12,266** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 180,0 | 4,1 | 4,28 | 12,9 | 106,6 | 4,66 | 3.8 | 81 |
|  | Печень по-строгановски с соусом сметанным | 105,0 | 16,1 | 11,1 | 2,7 | 175,0 | 4,53 | 3.9 | 431 |
|  | Макаронные изделия отварные | 130,0 | 5,76 | 0,825 | 31,14 | 155,1 | 0,0 | 3.10 | 204 |
|  | Сок фруктовый | 180,0 | 0,9 | 0,18 | 18,18 | 82,8 | 3,6 | 3.12 | 399 |
|  | *Хлеб ржаной* | *50,0* | *3,3* | *0,6* | *17,1* | *82,7* | *0,0* | *1.11* | *Готовое изделие промышленного производства* |
| **Суммарный объем блюд** | **645,0** | **24,914** | **16,257** | **90,554** | **91,554** | **19,714** |  |  |
| Полд-ник | Молоко кипяченое | 180,0 | 5,49 | 4,896 | 9,09 | 102,006 | 2,466 | 3.14 | 400 |
|  | Вафли | 40,0 | 5,11 | 6,685 | 34,195 | 217,0 | 0,0 | 3.15 | 152 |
| **Суммарный объем блюд** | **220,0** | **3,82** | **19,72** | **37,72** | **206,8** | **3,6** |  |  |
| Ужин | Салат из сол.огурца с луком | 60,0 | 0,702 | 0,12 | 4,374 | 21,36 | 13,482 | 3.7 | 37 |
|  | Омлет паровой с мясом | 85,0 | 10,68 | 12,15 | 1,66 | 159,0 | 0,36 | 3.16 | 224 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 3.18 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 40,0 | 3,07 | 1,07 | 20,93 | 107,21 | 0,0 | 3.5 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **365,0** | **27,8455** | **15,7185** | **54,5495** | **475,2995** | **18,2265** |  |  |
| **Итого за третий день** |  | **1735,0** | **100,2375** | **78,3275** | **276,7905** | **1506,6835** | **53,8065** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| День 2 с 1,5- 3 лет |  |  |
| Завтрак | Каша манная молочная жидкая | 175,0 | 2,01 | 3,20 | 13,50 | 90,58 | 0,0 | 2.1 | 151 |
|  | Бутерброды с маслом | 23,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0 | 2.3 | 1 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 2.4 | 397 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 2.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **443,0** | **10,641** | **11,888** | **59,279** | **389,69** | **13,125** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с рыбой | 150,0 | 18,48 | 1,99 | 9,9 | 145,6 | 5,47 | 2.7 | 96 |
|  | Голубцы ленивые | 100,0 | 13,3 | 11,1 | 10,8 | 197,0 | 0,8 | 2.8 | 298 |
|  | Соус сметанный № 354 | 15,0 | 0,3 | 0,9 | 1,1 | 14,0 | 0,01 | 2.9 | 354 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 2.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 2.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **455,0** | **21,17** | **17,109** | **61,03** | **480,29** | **12,956** |  |  |
| Полдник | Гренка молочная | 50,0 | 4,38 | 4,50 | 17,74 | 124,0 | 0,10 | 2.12 | 58 |
|  | Кефир | 160,0 | 4,1 | 4,2 | 10,0 | 96,0 | 0,42 | 2.13 | 401 |
| **Суммарный объем блюд** | **210,0** | **10,89** | **6,78** | **31,09** | **229,005** | **0,54** |  |  |
| Ужин |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Рыба отварная с соусом польским | 80,0 | 10,9 | 6,9 | 0,8 | 109,0 | 0,498 | 2.14 | 369 |
|  | Пюре картофельное | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 2.15 | 321 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 2.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 1,228 | 0,428 | 8,372 | 42,886 | 0,0 | 2.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **350,0** | **24,448** | **11,795** | **39,262** | **210,16** | **13,528** |  |  |
| **Итого за второй день** |  | **1458,0** | **67,149** | **47,572** | **190,661** | **1309,145** | **40,149** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

 **УТВЕРЖДЕНО**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |  |  |  |  |
| 2 день 3 -7 лет |  |  |
| Завтрак | Каша манная молочная жидкая | 200,0 | 3,18 | 3,89 | 21,44 | 134,00 | 0,0 | 2.1 | 151 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0 | 2.3 | 1 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 2.4 | 397 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 2.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **505,0** | **13,852** | **15,998** | **75,589** | **504,754** | **13,965** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Обед | Суп картофельный с рыбой | 180,0 | 24,64 | 2,66 | 13,19 | 194,1 | 7,3 | 2.7 | 96 |
|  | Голубцы ленивые | 135,0 | 14,144 | 9,088 | 20,048 | 218,672 | 20,032 | 2.8 | 298 |
|  | Соус сметанный № 354 | 30,0 | 0,423 | 1,5 | 1,761 | 22,23 | 0,012 | 2.9 | 354 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 180,0 | 0,44 | 0,92 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 2.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 2.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **635,0** | **23,639** | **18,182** | **84,225** | **582,742** | **35,084** |  |  |
| Полд-ник | Гренка молочная | 70,0 | 5,84 | 5,26 | 25,32 | 165,0 | 0,16 | 2.12 | 58 |
|  | Кефир | 180,0 | 5,5 | 5,6 | 16,4 | 140,0 | 0,86 | 2.13 | 401 |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **15,104** | **8,848** | **46,384** | **325,872** | **0,624** |  |  |
| Ужин |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Рыба отварная с соусом польским | 110,0 | 14,6 | 9,8 | 1,2 | 151,0 | 0,05 | 2.14 | 369 |
|  | Пюре картофельное | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 2.15 | 321 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 2.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 3,07 | 1,07 | 20,93 | 107,21 | 0,0 | 2.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **440,0** | **32,434** | **15,37** | **51,886** | **400,154** | **17,024** |  |  |
| **Итого за второй день** |  | **1830,0** | **85,029** | **58,398** | **258,084** | **1813,522** | **66,697** |  |  |

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 4 ( с 1,5-3 лет)** |
| Завтрак | Каша пшеничная жидкая | 130,0 | 3,345 | 4,425 | 19,125 | 129,675 | 0,0 | 4.1 | 185 |
|  | Бутерброды с сыром | 45,0 | 4,5 | 6,0 | 13,2 | 127,0 | 0,03 | 4.2 | 3 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 2,34 | 1,995 | 10,635 | 70,005 | 0,975 | 4.3 | 395 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,38 | 0,38 | 9,31 | 41,8 | 9,5 | 4.4 | 368 |
| **Суммарный объем блюд** | **420,0** | **18,717** | **24,499** | **37,57** | **444,478** | **10,939** |  |  |
| Обед | Борщ с фасолью и картофелем | 150,0 | 2,556 | 3,672 | 10,458 | 85,14 | 4,536 | 4.6 | 63 |
|  | Шницель рубленый  | 65,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 4.7 | 282 |
|  | Пюре картофельное | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 4.8 | 321 |
|  | Кисель из сока | 150,0 | 0,476 | 0,051 | 25,57 | 115,362 | 0,935 | 4.8 | 382 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 4.9 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **515,0** | **26,824** | **11,585** | **69,348** | **495,585** | **14,95** |  |  |
| Полд-ник | Булочка «Октябренок» | 50,0 | 8,41 | 2,33 | 37,44 | 194,985 | 0,00 | 4.10 | 454 |
|  | Кефир | 150,0 | 4,35 | 3,75 | 6,0 | 75,0 | 1,05 | 4.11 | 401 |
| **Суммарный объем блюд** | **200,0** | **6,009** | **6,369** | **21,048** | **165,666** | **1,05** |  |  |
| Ужин | Суфле из рыбы | 65,0 | 10,398 | 4,83 | 2,442 | 94,998 | 0,498 | 4.12 | 268 |
|  | Соус молочный густой (для фарширования) | 20,0 | 0,384 | 1,304 | 1,948 | 21,24 | 1,661 | 4.13 | 353 |
|  | Овощи припущенные со сливочным маслом | 120,0 | 1,8 | 3,36 | 11,64 | 84,0 | 2,172 | 4.14 | 331 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 1,3508 | 4,4708 | 9,2092 | 47,1746 | 0,0 | 4.16 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 0,045 | 0,015 | 6,99 | 28,005 | 0,015 | 4.15 | 392 |
| **Суммарный объем блюд** | **375,0** | **17,0354** | **11,2374** | **40,4351** | **327,1543** | **10,707** |  |  |
| **Итого за четвертый день** |  | **1510,0** | **68,5854** | **53,6904** | **168,4011** | **1432,8833** | **37,646** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 4 ( с 3-7 лет)** |
| Завтрак | Каша пшеничная жидкая | 150,0 | 4,906 | 6,49 | 28,05 | 190,19 | 0,0 | 4.1 | 185 |
|  | Бутерброды с сыром | 60,0 | 6,0 | 7,5 | 22,0 | 183,0 | 0,04 | 4.2 | 3 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 2,808 | 2,394 | 12,762 | 84,006 | 1,17 | 4.3 | 395 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,0 | 10,0 | 4.4 | 368 |
| **Суммарный объем блюд** | **490,0** | **22,232** | **29,145** | **44,641** | **528,492** | **11,714** |  |  |
| Обед | Борщ с фасолью и картофелем | 180,0 | 2,84 | 4,08 | 11,62 | 94,6 | 5,04 | 4.6 | 63 |
|  | Шницель рубленый  | 85,0 | 12,424 | 9,424 | 12,856 | 185,336 | 0,12 | 4.7 | 282 |
|  | Пюре картофельное | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 4.8 | 321 |
|  | Кисель из сока | 180,0 | 0,56 | 0,06 | 30,2 | 135,72 | 1,1 | 4.8 | 382 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 4.9 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **682,0** | **34,144** | **14,714** | **84,422** | **614,198** | **18,864** |  |  |
| Полд-ник | Булочка «Октябренок» | 70,0 | 16,82 | 4,66 | 74,88 | 389,97 | 0,0 | 4.10 | 454 |
|  | Кефир | 180,0 | 5,22 | 4,5 | 7,2 | 90,0 | 1,26 | 4.11 | 401 |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **7,7085** | **8,4285** | **29,772** | **225,999** | **1,26** |  |  |
| Ужин | Суфле из рыбы | 85,0 | 13,864 | 6,44 | 3,256 | 126,664 | 0,664 | 4.12 | 268 |
|  | Соус молочный густой (для фарширования) | 27,0 | 0,518 | 1,759 | 2,630 | 28,674 | 2,242 | 4.13 | 353 |
|  | Овощи припущенные со сливочным маслом | 140,0 | 2,1 | 4,0 | 13,5 | 98,0 | 2,53 | 4.14 | 331 |
|  | Хлеб пшеничный | 30,0 | 2,25 | 0,87 | 15,27 | 79,20 | 0,0 | 4.16 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 0,054 | 0,018 | 8,388 | 33,606 | 0,018 | 4.15 | 392 |
| **Суммарный объем блюд** | **462,0** | **20,6494** | **13,8364** | **48,5421** | **397,4513** | **13,31** |  |  |
| **Итого за четвертый день** |  | **1884,0** | **84,7309** | **66,1239** | **207,3771** | **1766,1403** | **45,148** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 5 (с 1,5-3 лет)** |  |  |
| Завтрак | Драчена | 85,0 | 12,844 | 17,537 | 7,917 | 240,006 | 0,416 | 5.1 | 228 |
|  | Бутерброды с маслом | 20,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 5.2 | 1 |
|  | Чай с лимоном | 154,0 | 0,11 | 2,03 | 6,65 | 26,29 | 2,03 | 5.3 | 393 |
| 2 завтрак | Груша свежая/яблоко | 95,0 | 0,38 | 0,285 | 9,785 | 43,7 | 4,75 | 5.4 | 368а |
| **Суммарный объем блюд** | **374,0** | **19,5574** | **13,4424** | **49,2401** | **394,4388** | **9,469** |  |  |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 150,0 | 1,26 | 3,51 | 6,102 | 61,02 | 13,302 | 5.5 | 67 |
|  | Котлеты рубленые из птицы | 65,0 | 9,432 | 9,648 | 9,978 | 163,998 | 0,498 | 5.6 | 305 |
|  | Пюре картофельное | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 5.7 | 321 |
|  | Компот из свежих плодов | 150,0 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73,2 | 1,29 | 5.8 | 372 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 5.9 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **515,0** | **17,516** | **20,438** | **66,876** | **514,502** | **23,31** |  |  |
| Полд-ник |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ряженка | 150,0 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 76,005 | 0,45 | 5.11 | 401в |
|  | Хлеб пшеничный | 19,0 | 1,436 | 0,522 | 10,454 | 53,6005 | 0,0 | 5.12 | Готовое изделие промышленного производства |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Суммарный объем блюд** | **169,0** | **5,681** | **6,078** | **15,893** | **156,701** | **3,23** |  |  |
| Ужин | Каша пшенная молочная жидкая | 150,0 | 4,02 | 6,6 | 53,6 | 235,71 | 0,4 | 5.13 | 185 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 2,34 | 1,995 | 10,635 | 70,005 | 0,975 | 5.14 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 15,0 | 1,436 | 0,522 | 10,454 | 53,6005 | 0,0 | 5.15 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **330,0** | **4,993** | **6,834** | **73,304** | **335,726** | **2,08** |  |  |
| **Итого за пятый день** |  | **1388,0** | **56,6374** | **46,7924** | **205,3131** | **1401,3678** | **38,089** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| День 5 (с 3-7 лет) |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Завтрак | Драчена | 100,0 | 14,82 | 20,235 | 9,135 | 276,93 | 0,48 | 5.1 | 228 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 5.2 | 1 |
|  | Чай с лимоном | 188,0 | 0,126 | 0,018 | 10,206 | 41,004 | 2,826 | 5.3 | 393 |
| 2 завтрак | Груша свежая/яблоко | 90,0 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 46,0 | 5,0 | 5.4 | 368а |
| **Суммарный объем блюд** | **403,0** | **39,124** | **19,446** | **67,728** | **545,78** | **11,3365** |  |  |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 180,0 | 1,4 | 3,9 | 6,78 | 67,8 | 14,78 | 5.5 | 67 |
|  | Котлеты рубленые из птицы | 80,0 | 12,576 | 12,864 | 13,304 | 218,664 | 0,664 | 5.6 | 305 |
|  | Пюре картофельное | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 5.7 | 321 |
|  | Компот из свежих плодов | 180,0 | 0,144 | 0,144 | 21,5 | 87,84 | 1,548 | 5.8 | 372 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 5.9 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **620,0** | **22,616** | **26,564** | **82,444** | **650,604** | **27,054** |  |  |
| Полдник |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Ряженка | 180,0 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 91,206 | 0,54 | 5.11 | 401в |
|  | Хлеб пшеничный | 25,0 | 1,436 | 0,522 | 10,454 | 53,6005 | 0,0 | 5.12 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **205,0** | **6,691** | **7,667** | **21,907** | **183,8195** | **4,65** |  |  |
| Ужин | Каша пшенная молочная жидкая | 200,0 | 5,63 | 8,8 | 72,4 | 314,28 | 0,54 | 5.13 | 185 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 3,12 | 2,66 | 14,18 | 93,34 | 1,3 | 5.14 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 1,436 | 0,522 | 10,454 | 53,6005 | 0,0 | 5.15 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **400,0** | **7,166** | **9,322** | **101,754** | **440,8805** | **2,87** |  |  |
| **Итого за пятый день** |  | **1628,0** | **75,597** | **62,999** | **273,833** | **1821,084** | **45,9105** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 8 (с 1,5-3 лет)** |
| Завтрак | Омлет с сыром | 65,0 | 6,414 | 11,88 | 0,99 | 136,614 | 0,12 | 8.1 | 216 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 8.3 | 1 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 2,34 | 1,995 | 10,635 | 70,005 | 0,975 | 8.4 | 395 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 8.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **335,0** | **15,534** | **15,08** | **36,73** | **366,919** | **5,845** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 150,0 | 3,69 | 3,852 | 11,61 | 95,94 | 4,194 | 8.6 | 81 |
|  | Оладьи из печени | 60,0 | 4,89 | 5,83 | 8,205 | 105,0 | 3,685 | 8.7 | 284 |
|  | Соус сметанный | 25,0 | 0,2115 | 0,75 | 0,8805 | 11,115 | 0,006 | 8.8 | 354 |
|  | Пюре картофельное | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 8.9 | 321 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 8.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 8.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **535,0** | **19,9544** | **18,4064** | **66,4716** | **506,7556** | **27,606** |  |  |
| Полд-ник | Кефир | 160,0 | 4,1 | 4,2 | 10,0 | 96,0 | 0,42 | 8.12 | 401 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 3,377 | 1,177 | 23,023 | 117,9365 | 0,0 | 8.13 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **180,0** | **5,759** | **6,819** | **25,048** | **186,666** | **0,42** |  |  |
| Ужин | Капуста, тушеная с мясом | 240,0 | 5,84 | 8,42 | 13,84 | 156,62 | 49,96 | 8.14 | 534 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 8.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 0,614 | 0,214 | 4,186 | 21,443 | 0,0 | 8.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **410,0** | **15,692** | **10,211** | **35,457** | **238,055** | **20,623** |  |  |
| **Итого за вось-мой день** |  | **1460,0** | **56,9394** | **50,5164** | **163,7066** | **1298,3956** | **54,494** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 8 (с 3-7 лет)** |
| Завтрак | Омлет с сыром | 85,0 | 8,552 | 15,84 | 1,32 | 182,152 | 0,16 | 8.1 | 216 |
|  | Бутерброды с маслом | 30,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 8.3 | 1 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 3,12 | 2,66 | 14,18 | 93,34 | 1,3 | 8.4 | 395 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 8.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **395,0** | **19,292** | **19,92** | **46,78** | **466,102** | **6,46** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 180,0 | 4,1 | 4,28 | 12,9 | 106,6 | 4,66 | 8.6 | 81 |
|  | Оладьи из печени | 80,0 | 9,78 | 11,66 | 16,41 | 210,0 | 7,37 | 8.7 | 284 |
|  | Соус сметанный | 30,0 | 0,423 | 1,5 | 1,761 | 22,23 | 0,012 | 8.8 | 354 |
|  | Пюре картофельное | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 8.9 | 321 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 180,0 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 8.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 8.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **650,0** | **23,0075** | **21,825** | **79,2185** | **599,7725** | **34,3505** |  |  |
| Полд-ник | Кефир | 180,0 | 5,5 | 5,6 | 16,4 | 140,0 | 0,86 | 8.12 | 401 |
|  | Хлеб пшеничный | 30,0 | 4,728 | 1,648 | 32,232 | 165,11 | 0,0 | 8.13 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **210,0** | **7,9885** | **9,5285** | **38,972** | **275,999** | **0,86** |  |  |
| Ужин | Капуста тушеная с мясом | 260,0 | 8,76 | 12,63 | 20,76 | 234,93 | 74,94 | 8.14 | 534 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 8.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 25,0 | 0,614 | 0,214 | 4,186 | 21,443 | 0,0 | 8.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **465,0** | **20,378** | **13,01** | **43,609** | **295,009** | **25,479** |  |  |
| **Итого за вось-мой день** |  | **1720,0** | **70,6655** | **64,2835** | **208,5795** | **1636,8825** | **67,1495** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 6 (с 1,5-3 лет)** |
| Завтрак | Макароны отварные с сыром | 130,0 | 7,7375 | 8,3375 | 18,925 | 181,6625 | 0,1125 | 6.1 | 206 |
|  | Хлеб пшеничный | 19,0 | 1,13 | 1,77 | 11,24 | 62,55 | 0 | 6.2 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Масло сливочное | 5,0 | 6,64 | 0,08 | 0,08 | 59,84 | 0 | 6.3 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Чай с лимоном | 154,0 | 0,11 | 2,03 | 6,65 | 26,29 | 2,03 | 6.4 | 393 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 6.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **403,0** | **16,3525** | **11,0025** | **56,835** | **416,0575** | **4,1275** |  |  |
| Обед | Суп рисовый | 150,0 | 1,68 | 3,53 | 7,34 | 68,18 | 3,19 | 6.6 | 98 |
|  | Биточки рубленые | 60,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 6.7 | 282 |
|  | Соус сметанный  | 15,0 | 1,296 | 4,696 | 5,632 | 70,0 | 1,024 | 6.8 | 356 |
|  | Каша ячневая рассыпчатая | 110,0 | 3,6 | 3,6 | 20,964 | 132,804 | 0,684 | 6.9 | 128 |
|  | Сок фруктовый | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 6.10 | 399 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 6.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **525,0** | **16,222** | **17,218** | **86,5** | **488,238** | **83,956** |  |  |
| Полд-ник | Молоко кипяченое | 150,0 | 3,05 | 2,72 | 5,05 | 56,67 | 1,37 | 6.13 | 400 |
|  | Печенье | 28,0 | 1,842 | 0,642 | 12,558 | 64,329 | 0,0 | 6.14 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **178,0** | **2,662** | **2,781** | **41,376** | **212,451** | **3,715** |  |  |
|  | Сырники из творога | 75,0 | 10,8975 | 12,0975 | 13,5975 | 206,0025 | 0,0525 | 6.15 | 177 |
|  | Соус молочный сладкий | 30,0 | 0,05 | 0,00 | 10,22 | 39,81 | 0,060 | 6.16 | 351 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 6.17 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 1,842 | 0,642 | 12,558 | 64,329 | 0,0 | 6.18 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **265,0** | **15,9395** | **15,4545** | **49,3355** | **399,1365** | **1,3125** |  |  |
| **Итого за шестойдень** |  | **1371,0** | **51,176** | **46,456** | **234,0465** | **1515,883** | **93,111** |  |  |

**УТВЕРЖДЕНО**

**Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 6 (с 3-7 лет)** |
| Завтрак | Макароны отварные с сыром | 168,0 | 14,994 | 15,456 | 40,908 | 380,709 | 0,819 | 6.1 | 206 |
|  | Хлеб пшеничный | 30,0 | 3,0 | 1,77 | 4,72 | 166,80 | 0 | 6.2 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Масло сливочное | 5,0 | 6,64 | 0,08 | 0,08 | 59,84 | 0 | 6.3 | Готовое изделие промышленного производства |
|  | Чай с лимоном | 187,0 | 0,126 | 0,018 | 10,206 | 41,004 | 2,826 | 6.4 | 393 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 84,0 | 4,0 | 6.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **490,0** | **25,488** | **18,124** | **73,696** | **724,955** | **4,837** |  |  |
| Обед | Суп рисовый | 180,0 | 2,24 | 4,7 | 9,8 | 90,9 | 4,25 | 6.6 | 98 |
|  | Биточки рубленые | 80,0 | 12,424 | 9,424 | 12,856 | 185,336 | 0,12 | 6.7 | 282 |
|  | Соус сметанный  | 30,0 | 1,296 | 4,696 | 5,632 | 70,0 | 1,024 | 6.8 | 354 |
|  | Каша ячневая рассыпчатая | 130,0 | 4,5 | 4,5 | 26,205 | 166,005 | 0,855 | 6.9 | 128 |
|  | Сок фруктовый | 180,0 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 6.10 | 399 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 82,70 | 0,0 | 6.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **650,0** | **18,5914** | **18,9394** | **73,5856** | **638,695** | **8,8896** |  |  |
| Полд-ник | Молоко кипяченое | 180,0 | 4,575 | 4,08 | 7,575 | 85,005 | 2,055 | 6.13 | 400 |
|  | Печенье | 45,0 | 2,456 | 0,856 | 16,744 | 85,772 | 0,0 | 6.14 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **225,0** | **3,532** | **4,048** | **51,666** | **270,632** | **5,27** |  |  |
|  | Сырники из творога | 100,0 | 14,53 | 16,13 | 18,13 | 274,67 | 0,07 | 6.15 | 177 |
|  | Соус молочный (сладкий) | 30,0 | 0,09 | 0,00 | 17,04 | 66,35 | 0,100 | 6.16 | 351 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,76 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 6.17 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 2,456 | 0,856 | 16,744 | 85,772 | 0,0 | 6.18 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **330,0** | **20,836** | **20,244** | **67,466** | **533,586** | **1,61** |  |  |
| **Итого за шестойдень** |  | **1695,0** | **68,4474** | **61,3554** | **266,4136** | **2167,868** | **20,6066** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 7 (с 1,5-3 лет)** |
| Завтрак | Каша вязкая с изюмом | 175,0 | 4,59 | 5,89 | 40,07 | 232,0 | 0,65 | 7.1 | 176 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 7.2 | 397 |
|  | Масло  | 5,0 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | 0,0 | 7.3 | 6 |
|  | Хлеб пшеничный | 26,0 | 1,62 | 0,20 | 9,76 | 48,4 | 0,0 | 7.4 | Готовое изделие промышленного производства |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 7.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **451,0** | **14,902** | **17,967** | **73,694** | **520,555** | **12,65** |  |  |
| Обед | Рассольник ленинградский | 150,0 | 1,9 | 4,1 | 12,5 | 95,0 | 5,37 | 7.6 | 76 |
|  | Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом | 60,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 7.7 | 281 |
|  | Соус молочный | 22,0 | 0,2115 | 0,75 | 0,8805 | 11,115 | 0,006 | 7.8 | 352 |
|  | Картофель отварной | 110,0 | 2,8 | 3,8 | 11,8 | 94,0 | 8,53 | 7.9 | 321 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 7.10 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 7.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **532,0** | **18,8064** | **18,8454** | **72,3996** | **532,4056** | **17,702** |  |  |
| Полд-ник | Сок фруктовый | 150,0 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 84,0 | 4,0 | 7.12 | 399 |
|  | Булочка сдобная | 50,0 | 3,7 | 3,8 | 23,9 | 145,0 | 0,01 | 7.13 | 209 |
| **Суммарный объем блюд** | **200,0** | **6,75** | **6,52** | **28,95** | **201,67** | **1,38** |  |  |
| Ужин | Овощи, припущенные в молочном соусе | 155,0 | 2,7 | 3,1 | 10,5 | 80,0 | 2,92 | 7.14 | 127 |
|  | Шницель рыбный натуральный | 65,0 | 11,976 | 3,576 | 7,784 | 110,664 | 2,44 | 7.15 | 258 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 7.16 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 26,0 | 0,8596 | 0,2996 | 5,8604 | 30,0202 | 0,0 | 7.17 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **396,0** | **24,5356** | **9,2706** | **33,8944** | **257,6442** | **9,86** |  |  |
| **Итого за седьмой день** |  | **1579,0** | **64,994** | **52,603** | **208,938** | **1512,2748** | **41,592** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 7 (с 3-7 лет)** |
| Завтрак | Каша вязкая с изюмом | 185,0 | 6,12 | 6,65 | 53,13 | 297,0 | 0,87 | 7.1 | 176 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 7.2 | 397 |
|  | Масло  | 5,0 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | 0,0 | 7.3 | 6 |
|  | Хлеб пшеничный | 35,0 | 2,43 | 0,30 | 14,64 | 72,6 | 0,0 | 7.4 | Готовое изделие промышленного производства |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 7.5 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **505,0** | **17,44** | **19,394** | **94,814** | **630,174** | **13,71** |  |  |
| Обед | Рассольник ленинградский | 180,0 | 2,375 | 5,125 | 15,625 | 118,75 | 6,7 | 7.6 | 76 |
|  | Котлеты рубленные, запеченные с молочным соусом | 80,0 | 11,6475 | 8,835 | 12,0525 | 173,7525 | 0,1125 | 7.7 | 281 |
|  | Соус молочный  | 30,0 | 0,423 | 1,5 | 1,761 | 22,23 | 0,012 | 7.9 | 352 |
|  | Картофель отварной | 130,0 | 3,5 | 4,8 | 14,7 | 117,0 | 10,36 | 7.10 | 318 |
|  | Компот из сушеных фруктов | 180,0 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 7.11 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 82,70 | 0,0 | 7.12 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **650,0** | **22,1265** | **18,24** | **91,2455** | **657,6425** | **22,6725** |  |  |
| Полд-ник | Сок фруктовый | 180,0 | 0,8 | 0,8 | 19,6 | 84,0 | 4,0 | 7.13 | 399 |
|  | Булочка сдобная | 70,0 | 6,7 | 6,8 | 43,0 | 260,0 | 0,02 | 7.14 | 209 |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **11,275** | **10,88** | **50,575** | **345,005** | **2,025** |  |  |
| Ужин | Овощи, припущенные в молочном соусе | 170,0 | 3,6 | 3,5 | 14,5 | 105,0 | 4,34 | 7.15 | 127 |
|  | Шницель рыбный натуральный | 85,0 | 14,97 | 4,47 | 9,73 | 138,33 | 3,05 | 7.16 | 258 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 7.17 | 392 |
|  | Хлеб пшеничный | 34,0 | 1,1666 | 0,4066 | 7,9534 | 40,7417 | 0,0 | 7.18 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **469,0** | **31,7366** | **11,4366** | **45,1834** | **333,3517** | **13,39** |  |  |
| **Итого за седьмой день** |  | **1874,0** | **82,5781** | **59,9506** | **281,8179** | **1966,1732** | **51,7975** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 10 (от 1,5 до 3 лет)** |
| Завтрак | Пудинг из творога с рисом | 65,0 | 22,095 | 14,91 | 28,395 | 336,0 | 0,285 | 10.1 | 236 |
|  | Соус молочный  | 15,0 | 0,309 | 0,786 | 1,0635 | 12,57 | 0,048 | 10.2 | 350 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 10.3 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,224 | 3,776 | 7,31 | 68,0 | 0,0 | 10.4 | 1 |
| 2 завтрак | яблоко | 95,0 | 0,324 | 0,432 | 11,124 | 50,76 | 50,76 | 10.5 | 154 |
| **Суммарный объем блюд** | **350,,0** | **32,952** | **22,199** | **57,6425** | **504,29** | **55,593** |  |  |
|  | Суп картофельный с клецками | 150,0 | 1,944 | 2,034 | 12,348 | 75,42 | 5,94 | 10.7 | 85 |
|  | Биточки рубленые из птицы | 60,0 | 2,16 | 2,26 | 13,72 | 83,8 | 6,6 | 10.8 | 306 |
|  | Рагу из овощей | 110,0 | 1,44 | 8,292 | 855,996 | 114,288 | 5,952 | 10.9 | 137 |
|  | компот из сухофруктов | 150,0 | 0,12 | 0,12 | 17,91 | 73.2 | 1,29 | 10.10 | 379 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 10.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **510,0** | **16,039** | **21,894** | **903,219** | **477,5505** | **17,292** |  |  |
| Полд-ник | Ряженка | 150,0 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 76,005 | 0,45 | 10.12 | 401в |
|  | Гренка молочная | 50,0 | 4,38 | 4,50 | 17,74 | 124,0 | 0,10 | 2.12 | 58 |
| **Суммарный объем блюд** | **200,0** | **5,578** | **4,178** | **14,672** | **118,891** | **0,45** |  |  |
| Ужин | Каша овсяная молочная жидкая | 154,0 | 5,0 | 7,4 | 20,3 | 167,0 | 0,17 | 10.14 | 150 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 10.15 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 1,228 | 0,428 | 8,372 | 42,886 | 0,0 | 10.16 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **374,0** | **9,378** | **10,543** | **41,632** | **298,881** | **1,37** |  |  |
| **Итого за десятый день** |  | **1343,0** | **53,194** | **58,814** | **1017,1655** | **1399,6125** | **74,705** |  |  |

**УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 10 ( от 3 до 7 лет)** |
| Завтрак | Пудинг из творога с рисом | 100,0 | 29,46 | 19,88 | 37,86 | 448,0 | 0,38 | 10.1 | 236 |
|  | Соус молочный  | 30,0 | 0,618 | 1,572 | 2,127 | 25,14 | 0,096 | 10.2 | 350 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 10.3 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 35,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 10.4 | 1 |
| 2 завтрак | яблоко | 100,0 | 0,342 | 0,456 | 11,742 | 53,58 | 5,7 | 10.5 | 154 |
| **Суммарный объем блюд** | **445,0** | **44,256** | **30,632** | **75,694** | **678,0** | **12,176** |  |  |
|  | Суп картофельный с клецками | 180,0 | 2,16 | 2,26 | 13,72 | 83,8 | 6,6 | 10.7 | 85 |
|  | Биточки рубленные из птицы | 80,0 | 3,16 | 3,26 | 14,72 | 85,8 | 7,6 | 10.8 | 306 |
|  | Рагу из овощей | 130,0 | 1,8 | 10,365 | 1069,995 | 142,86 | 7,44 | 10.9 | 137 |
|  | компот из сухофруктов | 180,0 | 0,144 | 0,144 | 21,5 | 87,84 | 1,548 | 10.10 | 379 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 82,70 | 0,0 | 10.11 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **620,0** | **20,941** | **28,627** | **1130,014** | **616,2925** | **21,95** |  |  |
| Полд-ник | Ряженка | 160,0 | 4,64 | 4,0 | 6,72 | 81,072 | 0,48 | 10.12 | 401в |
|  | Гренка молочная | 70,0 | 5,84 | 5,26 | 25,32 | 165,0 | 0,16 | 2.12 | 58 |
| **Суммарный объем блюд** | **230,,0** | **7,07** | **4,30** | **21,36** | **153,672** | **0,48** |  |  |
| Ужин | Каша овсяная молочная жидкая | 205,0 | 6,7 | 9,8 | 27,1 | 223,0 | 0,23 | 10.14 | 150 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 10.15 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 15,0 | 1,228 | 0,428 | 8,372 | 42,886 | 0,0 | 10.16 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **400,0** | **11,708** | **13,486** | **51,024** | **372,68** | **1,67** |  |  |
| **Итого за десятый день** |  | **1695,0** | **83,975** | **77,045** | **1278,092** | **1820,6445** | **36,276** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 9 (от 1,5 до 3 лет)** |
| Завтрак | Вермишель молочная | 150,0 | 4,95 | 6,75 | 27,0 | 140,28 | 0,67 | 9.1 | 10 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 9.2 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 25,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 9.3 | 1 |
|  | Яйца вареные | 40,0 | 6,6 | 6,1 | 0,3 | 80,0 | 0 | 1.2 | 218 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 95,0 | 0,432 | 0,432 | 10,584 | 50,76 | 10,8 | 9.4 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **460,0** | **18,511** | **13,553** | **49,532** | **340,5** | **16,204** |  |  |
| Обед | Борщ с мелко шинкованными овощами | 150,0 | 3,88 | 4,66 | 5,82 | 70,04 | 9,72 | 9.5 | 155 |
|  | Шницель рубленый | 65,0 | 10,5604 | 8,0104 | 10,9276 | 157,5356 | 0,102 | 9.6 | 282 |
|  | Каша перловая рассыпчатая с маслом | 110,0 | 3,72 | 3,89 | 26,65 | 156,54 | 0,0 | 9.7 | 508 |
|  | Соус сметанный  | 15,0 | 0,972 | 3,522 | 4,224 | 52,5 | 0,968 | 9.8 | 356 |
|  | Кисель из сока натурального | 150,0 | 0,476 | 0,051 | 25,67 | 115,362 | 0,935 | 9.9 | 382 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 9.10 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **530,0** | **16,5748** | **20,1546** | **61,6392** | **502,7436** | **15,9058** |  |  |
| Полд-ник | бутерброд с повидлом | 20/13 | 1,659 | 2,619 | 15,048 | 90,666 | 0,00 | 9.11 | 5 |
|  | Молоко кипяченое | 150,0 | 4,575 | 4,08 | 7,575 | 85,005 | 2,055 | 9.12 | 400 |
| **Суммарный объем блюд** | **183,0** | **9,51** | **5,97** | **37,035** | **239,835** | **5,15** |  |  |
| Ужин | Котлета рыбная запеченная | 65,0 | 10,696 | 3,76 | 7,984 | 108,0 | 0,344 | 9.13 | 255 |
|  | Икра свекольная | 150,0 | 3,525 | 6,9 | 18,495 | 150,15 | 10,08 | 9.14 | 54 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 150,0 | 2,34 | 1,995 | 10,635 | 70,005 | 0,975 | 9.15 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 10,0 | 2,3 | 1,0 | 9,6 | 60,3 | 0,0 | 9.16 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **375,0** | **15,906** | **15,455** | **30,119** | **325,135** | **2,819** |  |  |
| **Итого за девя-тый день** |  | **1548,0** | **60,5018** | **55,1326** | **178,3252** | **1408,2136** | **40,0788** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 9 (от 3 до 7 лет)** |
| Завтрак | Вермишель молочная | 200,0 | 6,58 | 9,0 | 26,12 | 187,04 | 0,9 | 9.1 | 10 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 9.2 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 27,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 9.3 | 1 |
|  | Яйца вареные | 40,0 | 6,6 | 6,1 | 0,3 | 80,0 | 0 | 1.2 | 218 |
| 2 завтрак | Яблоко свежее | 100,0 | 0,456 | 0,456 | 11,172 | 53,38 | 11,4 | 9.4 | 144 |
| **Суммарный объем блюд** | **547,0** | **24,481** | **17,366** | **67,222** | **451,16** | **18,59** |  |  |
| Обед | Борщ с мелко шинкованными овощами | 180,0 | 5,82 | 6,99 | 8,73 | 105,06 | 14,58 | 9.5 | 155 |
|  | Шницель рубленый | 85,0 | 12,424 | 9,424 | 12,856 | 185,336 | 0,12 | 9.6 | 282 |
|  | Каша перловая рассыпчатая с маслом | 130,0 | 4,4 | 4,6 | 31,5 | 185,0 | 0,0 | 9.7 | 508 |
|  | Соус сметанный  | 30,0 | 1,296 | 4,696 | 5,632 | 70,0 | 1,024 | 9.8 | 356 |
|  | Кисель из сока натурального | 180,0 | 0,56 | 0,06 | 30,2 | 135,72 | 1,1 | 9.9 | 382 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,3 | 0,6 | 17,1 | 82,7 | 0,0 | 9.10 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **655,0** | **19,0415** | **22,846** | **73,621** | **585,178** | **18,604** |  |  |
| Полд-ник | бутерброд с повидлом | 47,0 | 2,4885 | 3,9285 | 22,572 | 135,999 | 0,00 | 9.11 | 5 |
|  | Молоко кипяченое | 180,0 | 5,49 | 4,896 | 9,09 | 102,006 | 2,466 | 9.12 | 400 |
| **Суммарный объем блюд** | **227,0** | **15,963** | **9,39** | **63,988** | **404,502** | **7,745** |  |  |
| Ужин | Котлета рыбная запеченная | 85,0 | 13,37 | 4,7 | 9,98 | 135,0 | 0,43 | 9.13 | 255 |
|  | Икра свекольная | 160,0 | 3,76 | 7,36 | 19,73 | 160,16 | 10,8 | 9.14 | 54 |
|  | Кофейный напиток с молоком | 180,0 | 3,12 | 2,66 | 14,18 | 93,34 | 1,3 | 9.15 | 395 |
|  | Хлеб пшеничный | 15,0 | 2,456 | 0,856 | 16,744 | 85,772 | 0,0 | 9.16 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **440,0** | **20,545** | **21,86** | **40,51** | **443,635** | **3,98** |  |  |
| **Итого за девя-тый день** |  | **1869,0** | **80,0305** | **71,462** | **245,341** | **1884,475** | **48,919** |  |  |

**УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 10 от 1,5 до 3 лет** |
| Завтрак | Пудинг из творога с рисом | 65,0 | 22,095 | 14,91 | 28,395 | 336,0 | 0,285 | 10.1 | 236 |
|  | Соус молочный  | 15,0 | 0,309 | 0,786 | 1,0635 | 12,57 | 0,048 | 10.2 | 350 |
|  | Чай с сахаром | 150,0 | 9,0 | 2,295 | 9,75 | 36,96 | 4,5 | 10.4 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 40,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 10.3 | 1 |
| 2 завтрак | Груша свежая | 95,0 | 0,324 | 0,432 | 11,124 | 50,76 | 50,76 | 10.5 | 154 |
| **Суммарный объем блюд** | **365,0** | **32,952** | **22,199** | **57,6425** | **504,29** | **55,593** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с макаронными изделиями | 150,0 | 1,944 | 2,034 | 12,348 | 75,42 | 5,94 | 10.6 | 82 |
|  | Биточки рубленные из птицы | 60,0 | 2,16 | 2,26 | 13,72 | 83,8 | 6,6 | 10.7 | 306 |
|  | Рагу из овощей | 110,0 | 1,44 | 8,292 | 855,996 | 114,288 | 5,952 | 10.8 | 137 |
|  | Компот из сухофруктов | 150,0 | 0,33 | 0,015 | 20,82 | 84,75 | 0,3 | 10.9 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 40,0 | 2,64 | 0,48 | 13,68 | 66,16 | 0,0 | 10.10 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **510,0** | **16,039** | **21,894** | **903,219** | **477,5505** | **17,292** |  |  |
| Полд-ник | Ряженка | 150,0 | 4,35 | 3,75 | 6,3 | 76,005 | 0,45 | 10.12 | 401в |
|  | Гренка молочная | 50,0 | 4,38 | 4,50 | 17,74 | 124,0 | 0,10 | 10.11 | 58 |
| **Суммарный объем блюд** | **200,0** | **5,578** | **4,178** | **14,672** | **118,891** | **0,45** |  |  |
| Ужин | Каша овсяная молочная жидкая | 154,0 | 5,0 | 7,4 | 20,3 | 167,0 | 0,17 | 10.13 | 150 |
|  | Какао с молоком | 150,0 | 3,15 | 2,715 | 12,96 | 88,995 | 1,2 | 10.14 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 1,228 | 0,428 | 8,372 | 42,886 | 0,0 | 10.15 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **324,0** | **9,378** | **10,543** | **41,632** | **298,881** | **1,37** |  |  |
| **Итого за десятый день** |  | **1399,0** | **53,194** | **58,814** | **1017,1655** | **1399,6125** | **74,705** |  |  |

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

**« 09января» 2025г**

 **УТВЕРЖДЕНО**

 **Заведующий**

**МБДОУ «Детский сад № 32 «Ёжик» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.В. Чистотина**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда (г)** | **Пищевые вещества (г)** | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С (г)** | **№ технологической карты** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **жиры** | **углеводы** |
| **День 10 от 3 до 7 лет** |
| Завтрак | Пудинг из творога с рисом | 130,0 | 29,46 | 19,88 | 37,86 | 448,0 | 0,38 | 10.1 | 236 |
|  | Соус молочный  | 30,0 | 0,618 | 1,572 | 2,127 | 25,14 | 0,096 | 10.2 | 350 |
|  | Чай с сахаром | 180,0 | 12,0 | 3,06 | 13,0 | 49,28 | 6,0 | 10.3 | 392 |
|  | Бутерброды с маслом | 40,0 | 1,836 | 5,664 | 10,965 | 102,0 | 0,0 | 10.3 | 1 |
| 2 завтрак | Груша свежая | 100,0 | 0,342 | 0,456 | 11,742 | 53,58 | 5,7 | 10.5 | 154 |
| **Суммарный объем блюд** | **480,0** | **44,256** | **30,632** | **75,694** | **678,0** | **12,176** |  |  |
| Обед | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180,0 | 2,16 | 2,26 | 13,72 | 83,8 | 6,6 | 10.6 | 82 |
|  | Биточки рубленные из птицы | 80,0 | 3,16 | 3,26 | 14,72 | 85,8 | 7,6 | 10.7 | 306 |
|  | Рагу из овощей | 130,0 | 1,8 | 10,365 | 1069,995 | 142,86 | 7,44 | 10.8 | 137 |
|  | Компот из сухофруктов | 180,0 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,0 | 0,4 | 10.9 | 376 |
|  | Хлеб ржаной | 50,0 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 82,70 | 0,0 | 10.10 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **620,0** | **20,941** | **28,627** | **1130,014** | **616,2925** | **21,95** |  |  |
| Полд-ник | Ряженка | 180,0 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 91,206 | 0,54 | 10.12 | 401в |
|  | Гренка молочная | 70,0 | 5,84 | 5,26 | 25,32 | 165,0 | 0,16 | 10.11 | 58 |
| **Суммарный объем блюд** | **250,0** | **7,07** | **4,30** | **21,36** | **153,672** | **0,48** |  |  |
| Ужин | Каша овсяная молочная жидкая | 205,0 | 6,7 | 9,8 | 27,1 | 223,0 | 0,23 | 10.13 | 150 |
|  | Какао с молоком | 180,0 | 3,78 | 3,258 | 15,552 | 106,794 | 1,44 | 10.14 | 397 |
|  | Хлеб пшеничный | 20,0 | 1,228 | 0,428 | 8,372 | 42,886 | 0,0 | 10.15 | Готовое изделие промышленного производства |
| **Суммарный объем блюд** | **405,0** | **11,708** | **13,486** | **51,024** | **372,68** | **1,67** |  |  |
| **Итого за десятый день** |  | **1755,0** | **83,975** | **77,045** | **1278,092** | **1820,6445** | **36,276** |  |  |

 **« 09января» 2025г**

**Приложение 1**

к приказу от 09.01.2024 № 5

**Основное (организованное) меню**

**для детей в возрасте от 1,5 до 3-х лет и от 3-х лет до 7 лет, посещающих дошкольное образовательное учреждение с 12 часовым режимом функционирования.**