

тский сад №48"
оробогатсва Л.А. *Евдокимов*
1.10.2024 *1.10.24*
Детский сад №48"
Ленинского района
Энергетическая
ценность

[illegible]

МДОУ "Детский сад №48"
Заведующий Скоробогатова Л.А. *Л.А. Скоробогатова*
ДАТА *09.10.2024*



Приём пищи Неделя 1 Вторник	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества								Энергетическая ценность	N рецептуры
		1.5-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы					
				1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет		
Завтрак	Каша манная	150/200		4.66/6.21		5.6/7.47		18.82/25.09		144/192		88	
	Кофейный напиток с молоком	150/200		2.34/3.17		2/2.68		10.63/14.36		70/91		395	
	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/7,5 25/7/11		4.38/6.47		7.7/11.38		9.24/13.66		125.6/185.7		125	
итого за завтрак		332.5/443		11.38/15.85		15.3/21.53		38.69/53.11		339.6/468.7			
2-й Завтрак	Сок	100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48		418	
Итого за 2-й завтрак		100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48			
Обед	Пюре картофельное	120/150		2.60/3.2		4.0/5.0		15/20		106/133.6		321	
	Свекольник на м/кб со сметаной	155/256		1.15/1.92		3.8/6.33		7.47/10.05		62.49/104.12		34	
	Котлета говяжья	60/80		8.92/12.50		9.0/12.60		7.28/10.20		74.28/104		282	
	Сельдь	20/30		2.8/3.0		1.9/2.1		1.0/1.3		29.1/30.2		478	
	Компот из с/фр.	150/180		0.33/0.40		0.02/0.02		20.83/101.70		84.75/101.7		394	
	Хлеб ржаной	40/50		2.0/2.5		0.4/0.5		17.0/21.25		81.6/102			
	Хлеб пшеничный	20/30		1.34/2.01		0.14/0.21		10.06/15.09		48/72			
итого за обед		565/776		19.14/25.53		19.26/26.76		78.64/179.59		486.22/647.62			
Полдник	Ватрушка с творогом	50/70		1.7/2.38		8.1/11.34		34.0/47.6		134/187.6		400	
	Кисломолочный напиток	150/180		4.35/5.22		4.8/5.76		6/7.2		88.5/106.2		251	
итого за полдник		200/250		6.05/7.6		12.9/17.1		40/54.8		222.5/293.8			
Ужин	Чай с лимоном	150/200		0.07/0.13		0.01/0.02		7.1/11.33		29/45		391(3)	
	Суп молочный с вермишелью	150/200		4.3/5.73		3.94/5.25		12.94/17.25		107.35/143.13		180	
	Фрукт(яблоко)	150/160		0.6/0.64		0.6/0.64		14.7/15.68		66/70.4		368	
итого за ужин		450/560		4.97/6.5		4.55/5.91		34.74/44.26		202.35/258.53			
Итого за день:		1647.5/2129		41.74/55.68		52.21/71.5		203.67/343.36		1301.67/1716.77			
Среднее значение за период:													

«Энергетическая»

[illegible]

ский сад №48"
робогатова Л.А. *Мел*
10.2024 г. № 1004
Ленинского района
г. Сиратова
ИНН 1038-0502853
Энергетическ
ценность

[illegible]

Дата 09.10.2024



Прием пищи Неделя 1 Пятница	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества								энергетическая ценность	рецептуры
		1-5-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		1.5-3 года	3.7 лет		
				1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет				
Завтрак	Каша геркулесовая	150/200		5.0/6.7		7.2/9.7		18.3/24.4		158.2/211		189	
	Какао с молоком	180/200		3.8/4.2		3.2/3.5		15.6/17.33		107/118		043	
	Батон с маслом	20/4/30/5		1.54/2.3		3.46/4.36		9.75/14.62		78/108		2	
Итого за завтрак		354/435		5.34/6.5		13.86/17.56		43.65/56.35		343.2/437			
2-й Завтрак	Сок	100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48		418	
Итого за 2-й завтрак		100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48			
Обед	Щи на м/кб со сметаной	150/200		1.17/1.88		3.38/5.39		4.11/6.78		59.02/95.49		64	
	Голубцы ленивые	180/200		13.2/17.55		16.4/21.28		10.9/14.49		283/312		306	
	Хлеб ржаной	40/50		2.0/2.5		0.4/0.5		17/21.25		81.6/102			
	Хлеб пшеничный	20/30		1.34/2.01		0.14/0.21		10.6/15.09		48/72			
	Компот изс/фр.	150/180		0.33/0.4		0.02/0.02		20.83/24.99		84.75/101.7		394	
Итого за обед		540/660		18.04/24.34		20.34/27.4		63.44/82.6		556.37/683.19			
Полдник	Молоко кипяченое	100/100		2.9/2.9		2.5/2.5		4.8/4.8		54/54		100	
	Кондитерское изделие (зефир)	20/30		0.15/0.24		0/0		15.6/21.9		61/91.2		23	
Итого за полдник		120/130		3.05/3.14		2.5/2.5		20.4/26.7		115/145.2			
Ужин	Омлет с горошком	140/180		6.5/9.2		8.7/12.18		3.7/5.19		117.86/165		111	
	Батон	20/30		1.51/2.27		0.18/0.27		9.34/14.01		42.71/64.08			
	Чай с сахаром	180/200		0.18/0.2		0/0		9.9/11		37.2/41.4		391	
Итого за ужин		340/410		8.19/11.67		8.88/12.45		22.94/30.2		197.77/270.48			
Итого за день:		1488/1735		34.82/45.85		45.78/60.11		162.03/207.45		1260.34/1583.87			
Среднее значение за период:													

Заведующий Скоробогатова Л.А.

Ленинского района
г. Саратов

[illegible]

МДОУ "Детский сад №48"
Заведующий Скоробогатова Л.А.

ДАТА

09.10.2024



Прием пищи Неделя 2 Вторник	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества								Энергетическая ценность	N рецептуры
		1.5-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы					
				1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет		
Завтрак	Каша гречневая молочная	150/200		4.2/4.6		5.7/7.59		14.5/26.5		123.7/192		541	
	Батон с маслом и сыром	20/5/7.5 25/7/11		4.38/6.47		7.7/11.38		9.24/13.66		125.6/185.7		125	
	Какао с молоком	180/200		3.8/4.2		3.2/3.5		15.6/17.33		107/118		043	
итого за завтрак		362.5/443		12.38/15.27		16.6/22.47		39.34/57.49		356.3/495.7			
2-й Завтрак	Сок	100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48			
Итого за 2-й завтрак		100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48			
Обед	Борщ на м/кб со сметаной	150/200		1.07/1.78		3.08/5.14		6.75/11.24		60.94/101.56		142	
	Суфле мясное	55/70		9.88/10.15		10.4/13.03		1.84/2.14		140/166		320	
	Рагу овощное	110/130		1.21/1.85		3.16/4.23		7.72/10.16		64.11/91.54		770	
	Хлеб ржаной	40/50		2/2.5		0.4/0.5		17/21.25		81.6/102			
	Хлеб пшеничный	20/30		1.34/2.01		0.14/0.21		10.06/15.09		48/72			
	Компот из с/фр.	150/180		0.33/0.4		0.02/0.02		20.83/24.99		84.75/101.7		394	
итого за обед		525/660		15.83/18.69		17.2/23.13		64.2/84.87		479.4/634.8			
Полдник	Кисломолочный напиток	150/180		4.35/5.22		4.8/5.76		6/7.2		88.5/106.2		251	
	Булочка с повидлом	50/70		2.91/4.4		1.71/2.17		30.18/43.83		147.77/212.43		28	
итого за полдник		200/250		7.26/9.62		6.51/7.93		36.18/51.03		236.27/318.63			
Ужин	Суп молочный с макаронными изделиями	150/200		4.3/5.73		3.94/5.25		12.94/17.25		107.35/143.13		180	
	Кондитерское изделие(печенье)	20/40		1.5/3.0		1.96/3.92		14.88/19.76		83.4/166.8		604	
	Чай с лимоном	150/200		0.07/0.13		0.01/0.02		7.1/11.33		29/45		391	
	Батон	20/30		1.51/2.27		0.18/0.27		9.34/14.01		42.71/64.08		5	
итого за ужин		340/480		7.38/11.13		6.09/9.46		44.26/62.35		262.46/419.01			
Итого за день:		1527.5/1923		43.05/54.91		46.6/63.19		195.58/267.34		1382.43/1916.14			

МДОУ "Детский сад №48"
Заведующий Скоробогатова Л.А.

Дата 09.10.2024 г. 100 А



Прием пищи <i>Неделя 2 Среда</i>	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		N рецептуры
		1.5-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы				
				1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	1.5-3 года	3-7 лет	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150/200		4.5/5.9		6.8/9.1		26.6/35.4		182.7/243		179
	Батон с маслом и сыром	20/5/7.5 25/7/11		4.38/6.47		7.7/11.38		9.24/13.66		125.6/185.7		125
	Кофейный напиток с молоком	150/200		2.34/3.17		2/2.68		10.63/14.36		70/91		188
итого за завтрак		332.5/443		11.22/15.54		16.5/23.16		46.47/63.42		378.3/519.7		
2-й Завтрак	Сок	100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48		418
Итого за 2-й завтрак		100/100		0.2/0.2		0.2/0.2		11.6/11.6		48/48		
Обед	Суп гороховый на м/кб с гренками	150/250		3.29/5.49		3.07/5.27		9.79/16.32		81/135		81
	Запеканка макаронная с мясом	150/200		20.1/26.8		15/20		33/44		331.8/463.6		413
	Хлеб ржаной	40/50		2/2.5		0.4/0.5		17/21.25		81.6/102		
	Хлеб пшеничный	20/30		1.34/2.01		0.14/0.21		10.06/15.09		48/72		
	Компот из с/фр.	150/180		0.33/0.4		0.02/0.02		20.83/24.99		84.75/101.7		394
итого за обед		510/710		27.06/37.2		18.63/26		90.68/121.65		627.15/874.3		
Полдник	Фрукт(яблоко)	150/160		0.6/0.64		0.6/0.64		14.7/15.68		66/70.4		368
	Кисломолочный напиток	150/180		4.35/5.22		4.8/5.76		6/7.2		88.5/106.2		251
итого за полдник		300/340		4.95/5.86		5.4/6.4		20.7/22.88		154.5/176.6		
Ужин	Картофель отварной	120/150		2.4/3		0.48/0.6		20/25		98.4/123		318
	Чай с сахаром	180/200		0.18/0.2		0/0		9.9/11		37.2/41.4		391
	Рыба тушенная с овощами	60/70		6.7/7.66		3.47/3.97		30.32/34.65		70.88/81		247
итого за ужин		360/420		9.28/10.86		3.95/4.57		60.22/93.53		360.98/422		
Итого за день:		1642.5/20.73		52.77/69.66		44.68/64.3		229.67/313.08		1568.93/2040.6		
Среднее значение за период:												

“Детский сад №48”
Скоробоготова Л.А.
05.10.2014 г.
г. Саратова

[illegible]

Заведующий Скоробогатова Л.А.

“Детский сад №48”
г. Саратов
И.С. Скоробогатова Л.А. Рис
09.10.2024 г. 100 г

Детский сад №48” Ленинского района г. Саратов ФОН 1036405303853	Энергетическая ценность	рецепт
Углеводы		

[illegible]