

26.05.2025				"Утверждаю" Заведующий МБДОУ "Детский сад № 16 «Одуванчик» ст. Александровской А.А.Адамян Д.И. "03" февраля 2025 года				
Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	
				Б	Ж	У		
Неделя 2								
6 День								
Завтрак	Яйцо вареное	С	40	5,10	4,60	0,30	63,00	
		Я	40	5,10	4,60	0,30	63,00	
	Икра овощная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50	
		Я	50	0,39	1,24	2,15	21,30	
	Масло сладко сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5% жир	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	
	Булочка Ладушка витаминно йодированная	С	25	1,66	5,10	9,87	91,80	
		Я	25	1,23	3,78	7,31	68,00	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	
	Итого: сад	С	402	7,48	11,79	24,85	234,70	
	Итого: ясли	Я	360	6,78	9,64	19,75	192,30	
2-завтрак:	Плоды свежие (Яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	
		С	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С	50	0,55	0,10	1,90	12,00	
		Я	30	0,40	0,05	1,25	7,00	
	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80	
		Я	150	1,26	2,02	7,28	52,35	
	Жаркое из кур (вариант 2)	С	150	7,13	4,62	13,74	125,80	
		Я	150	7,13	4,62	13,74	125,80	
	Кисель из сока натурального (яблочный)	С	180	0,11	0,00	27,11	108,90	
		Я	150	0,09	0,00	22,59	90,75	
	Хлеб пшеничный	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	
		Я	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
		Итого: сад	С	652	14,59	8,14	82,20	464,00
		Итого: ясли	Я	530	12,38	7,21	64,72	375,10
Полдник	Каша жидкая молочная из пшенной крупы(с маслом сливочным крестьянским 72,5% мдж)	С	150/3,75	3,46	4,57	19,76	134,00	
		Я	130/3,25	3,00	3,96	17,13	116,13	
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90	
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00	
		Итого: сад	С	330	6,27	6,96	32,51	217,90
		Итого: ясли	Я	280	5,34	5,96	27,76	186,13
	Всего за день: сад	С	1384	28,34	26,89	139,56	916,60	
	Всего за день: ясли	Я	1170	24,50	22,81	112,23	753,53	
Стоимость сад							147,95	

27.05.2025

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 16 «Одуванчик»
ст.Александринской
Д.Адамян Д.И.
"03" февраля 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
7 день							
Завтрак	Суп молочный с крупой ячневой(с маслом сливочным крестьянским 72,5% мдж)	С	180/4,5	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я	1503,75	3,61	3,81	12,62	99,30
	Сыр полутвердый "Российский" м.д.ж. 50% порциями	С	16	3,68	5,35	11,33	108,11
		Я	10,6	2,63	3,82	8,09	77,22
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00
	Итого: сад	С	415	10,05	8,36	32,26	284,83
	Итого: ясли	Я	355	8,42	7,12	35,82	241,55
2- завтрак	Молоко кипяченое 2,5% жирн	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с крупой пшеничной	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Тефтели 2-ой вариант	С	70	11,48	18,90	17,09	284,20
		Я	50	8,20	13,50	12,20	203,00
	Соус сметанный с томатом	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 72,5% жир	С	130/5	4,76	3,65	22,85	143,40
		Я	110/5	4,03	3,09	19,33	121,30
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Итого: сад	С	737	25,06	31,18	97,97	775,07
	Итого: ясли	Я	580	19,03	23,19	76,97	595,07
Полдник	Запеканка из творога 5% жирности	С	120	21,05	14,46	20,58	296,48
		Я	100	17,54	12,05	17,15	247,00
	Соус молочный сладкий	С	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		Я	30	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
		Итого: сад	С	350	21,76	15,84	35,86
	Итого: ясли	Я	280	18,19	13,42	28,23	306,45
	Всего за день: сад	С	1502	56,87	55,38	166,09	1432,33
	Всего за день: ясли	Я	1215	45,64	43,73	141,02	1143,07
Стоимость сад							117,60

28.05.2025



Д.А. Адамян Д.И.

"03" февраля 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергети ческая
				Б	Ж	У	
8 день							
Завтрак	каша жидкая молочная из рисовой крупы(с маслом сливочным крестьянским 72,5% мдж)	С	180/4,5	1,96	4,58	20,27	130,70
		Я	150/3,75	1,64	3,82	16,90	109,00
	Масло сладко сливочное "Крестьянское" (порциями)72,5% жир	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Чай с молоком 2,5 жирн	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00
	Итого: сад	С	407	6,45	7,34	46,03	276,50
Итого: ясли	Я	350	5,45	6,28	38,61	233,25	
2ой завтрак	Плоды свежие (Яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		С	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30
		Я	1/200	1,00	0,00	20,20	85,30
Обед	Суп-лапша домашняя	С	200	1,77	4,05	9,54	81,80
		Я	150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленная из бройлер-цыплят (с маслом сливочным Крестьянским 72,5 %)	С	70/7	10,73	9,67	10,88	173,83
		Я	50/5	7,66	6,91	7,77	124,16
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Итого: сад	С	657	21,19	18,70	89,54	613,17
Итого: ясли	Я	520	15,93	14,11	70,57	474,70	
Полдник	Крендель сахарный	С	60	4,31	7,94	36,76	235,64
		Я	60	4,31	7,94	36,76	235,64
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00
	Итого: сад	С	260	4,38	7,96	47,86	280,04
	Итого: ясли	Я	210	4,37	7,96	46,75	275,64
Всего за день: сад	С	1324	32,02	34,00	183,43	1169,71	
	Всего за день: ясли	Я	1080	25,75	28,35	155,93	983,59
Стоимость сад						130,33	

29.05.2025			
------------	--	--	--

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 16 «Одуванчик»
г.ст.Александровской
Д.И. Адамян
"03" февраля 2025 года

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергети ческая
				Б	Ж	У	
9 день							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями(с маслом сливочным крестьянским 72,5% мдк)	С	180/2	5,17	4,69	16,95	130,70
		Я	150/1,5	4,31	3,91	14,13	108,90
	Бутерброд с повидлом	С	20/15/5	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	10/15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90
	Итого: сад	С	407	9,95	12,45	40,99	315,80
	Итого: ясли	Я	350	9,25	10,08	34,19	260,80
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С	100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100	0,40	0,40	9,80	44,00
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30
		Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30
Обед	Икра свекольная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50
		Я	30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Борщ Ставропольский	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Рыба запеченая с картофелем по- русски	С	70/130	13,76	7,56	21,41	208,76
		Я	50/110	11,01	6,05	17,13	167,01
	Компот из лимона	С	180	0,11	0,00	27,11	108,90
		Я	150	0,09	0,00	22,59	90,75
	Хлеб пшеничный	С	25	0,76	0,08	4,92	23,50
		Я	20	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Итого: сад	С	722	20,40	14,89	88,14	570,01	
Итого: ясли	Я	570	16,52	11,48	72,86	459,36	
Полдник	Кондитерские изделия (пром.) печенье	С	30	2,25	2,94	22,32	125,10
		Я	15	1,12	1,47	11,16	62,50
	Кефир2,5 жирн или ряженка 2,5 5 жирн	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Итого: сад	С	305	7,25	6,87	29,67	210,16
	Итого: ясли	Я	235	5,32	4,75	17,29	133,39
Всего за день: сад		С	1434	37,60	34,21	158,80	1095,97
Всего за день: ясли		Я	1155	31,09	26,31	124,34	853,55
Стоимость сад						129,82	

"Утверждаю"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 16 «
ст.Александровской» Д
"03" февраля 2025 го,

30.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергети ческая	
				Б	Ж	У		
10 день								
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом сливочным крестьянским 72,5% мдж)	С	180/4,5	2,88	4,58	19,32	129,60	
		Я	150/3,75	2,40	3,82	16,10	108,00	
	Масло сладко сливочное "Крестьянское" (порциями)72,5% жир	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	
	Хлеб пшеничный	С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
		Я	15	1,14	0,12	7,38	35,25	
	Чай с молоком	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00	
Итого: сад		С	415	7,37	7,34	45,08	275,40	
Итого: ясли		Я	355	6,21	6,28	37,81	232,25	
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки)или сок фруктовый (яблочный)	С	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
		Я	100	0,40	0,40	9,80	44,00	
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	
		Я	200	1,00	0,00	20,20	85,30	
Обед	Икра овощная	С	50	0,65	2,07	3,58	35,50	
		Я	30	0,39	1,24	2,15	21,30	
	Свекольник	С	200	1,74	3,53	9,67	92,62	
		Я	150	1,31	2,65	7,25	69,46	
	Сельдь с картофелем и маслом	С	50/130/10	15,81	19,69	11,59	286,80	
		Я	50/110/10	12,65	15,75	9,27	229,44	
	Компот из повидла	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00	
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
Итого: сад		С	682	35,27	41,90	69,13	811,22	
Итого: ясли		Я	550	30,48	36,08	55,89	682,60	
Полдник	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00	
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25	
	Итого: сад		С	345	3,62	9,37	33,22	231,70
	Итого: ясли		Я	270	2,88	7,91	24,70	182,05
Стоимость сад						123,42		