

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
 _____ 2022г.
Пятница 10 день

<u>завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша молочная рисовая	150	200	171,72	228,96
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Сыр	6	9	19,26	28,89
<u>10 часов</u>				
Плоды свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Борщ со сметаной	150	200	97,98	130,64
Шницель рыбный	60	80	80,98	107,97
Картофельное пюре	110	130	116,08	137,19
Овощи по - сезону	40	50	5,6	7
Компот из с\ф	150	180	96,48	115,78
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Кондитерское изделие	20	36	67,64	121,75
Молоко кипяченое	180	200	94,5	105
ИТОГО			965,27	1240,60

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
 _____ 2022г.
Четверг 9-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша молочная гречневая	150	200	171,72	228,96
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
<u>10 часов</u>				
Сок фруктовый	150	180	72	86,4
<u>Обед</u>				
Суп картофельный вегетарианский	150	200	93,85	125,14
Гуляш из отварного мяса	50	70	79,15	110,81
Рагу из овощей	110	130	70,06	82,8
Кисель из свежих яблок	150	180	50,04	60,05
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Сырники из творога с повидлом	100	150	204,96	307,44
Кисломолочный напиток	180	200	94,5	105
ИТОГО			1033,1	1350,07

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
2022г.

Среда 8-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Омлет	130	150	140,04	161,58
Икра кабачковая	40	50	24,78	30,98
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
Сыр	6	9	19,26	28,89
<u>10 часов</u>				
Плоды свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Суп рыбный с яйцом	150	200	101,08	134,78
Голубцы ленивые	60	80	101,4	135,2
Икра свекольная	110	130	84,56	99,93
Сок фруктовый	150	180	72	86,4
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Рогалики с повидлом	60	80	193,39	257,86
Кисломолочный напиток	180	200	94,5	105
ИТОГО			1072,48	1031,09

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
2022г.

Вторник 7-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша молочная манная	150	200	171,72	228,96
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
Сыр	6	9	19,26	28,89
<u>10 часов</u>				
Плоды свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Борщ со сметаной	150	200	97,98	130,64
Азу с мясом курицы	150	200	236,54	315,38
Овощи по - сезону	40	50	5,6	7
Компот из свежих плодов	150	180	47,55	57,06
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Пирожки с тушеным яблоком	60	80	144,18	192,24
Чай с молоком	150	180	69,38	83,25
Рыба, тушенная с овощами				80,06
Рис отварной				172,59
Хлеб ржаной				43,54
ИТОГО			1033,68	1630,08

--

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова

2022г.

ПОНЕДЕЛЬНИК 6-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Шарлотка с яблоками	130	150	269,75	311,25
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
<u>10 часов</u>				
Сок фруктовый	150	180	72	86,4
<u>Обед</u>				
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	89,24	118,98
Капуста, тушеная с мясом	150	160	169	180,27
Напиток из плодов шиповника	150	180	90,48	108,58
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Вареники ленивые	100	110	194,35	213,79
Кофейный напиток	150	200	118,29	157,72
Картофель отварной				123,02
Икра кабачковая				30,98
Хлеб ржаной				43,54
ИТОГО			1199,93	1420,46

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова

2022г.

Пятница 5-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	139,89	186,52
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
Сыр	6	9	19,26	28,89
<u>10 часов</u>				
Плоды свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Рассольник	150	200	84,09	112,12
Жаркое по-домашнему	150	160	216,66	231,1
Овощи по - сезону	40	50	5,6	7
Сок фруктовый	150	180	72	86,4
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Слойка с повидлом	60	80	195,9	261,2
Кисломолочный напиток	180	200	94,5	105
Запеканка из печени с				237,78
Хлеб ржаной				43,54
ИТОГО			1069,37	1308,7



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
2022г.
Четверг 4-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Омлет	130	150	140,04	161,58
Икра кабачковая	40	50	24,78	30,98
Какао с молоком	150	200	108,52	144,7
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
Сыр	6	9	19,26	28,89
<u>10 часов</u>				
Фрукты свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Суп харчо	150	200	125,1	140,22
Котлеты	60	80	151,49	166,80
Капуста тушеная	110	130	72,64	85,85
Компот из с\ф	150	180	96,48	115,78
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Кондитерское изделие	20	36	67,64	121,75
Молоко кипяченое	180	200	94,5	105
Котлеты рыбные				93,52
Картофель отварной				123,02
Хлеб ржаной				43,54
ИТОГО			1071,57	1363,18



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
2022г.
Среда 3-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Пудинг из творога со сметанным соусом	120	180	153,66\19,18	248,13\19,18
Чай с сахаром	150	180	24,03	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
<u>10 часов</u>				
Плоды свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Суп гороховый с гречками	150\20	200\25	112,19\43,14	149,58\53,92
Печень тушеная в соусе	60	80	105,81	141,08
Картофельное пюре	110	130	116,08	137,19
Овощи по - сезону	40	50	5,6	7
Кисель из сока натурального	150	180	86,52	103,82
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Булочка «Веснушка»	80	100	194,37	242,96
Мясо тушеное с овощами				179,44
Хлеб ржаной				43,54
Кофейный напиток	150	200	118,29	157,72
ИТОГО			1122,42	1448,98

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
 _____ 2022г.
ВТОРНИК 2-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша молочная пшенная	150	200	171,72	228,96
Чай с лимоном	150	180	31,55	37,85
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
<u>10 часов</u>				
Сок фруктовый	150	180	72	86,4
<u>Обед</u>				
Борщ со сметаной	150	200	97,98	130,64
Плов из птицы	150	180	344,42	413,3
Овощи по - сезону	40	50	5,6	7
Компот из свежих плодов	150	180	47,55	57,06
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Кондитерское изделие	20	36	67,64	121,75
Кисломолочный напиток	180	200	94,5	105
ИТОГО			1105,75	1402,59

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МДОБУ д/с №41
В.А. Хитайлова
 _____ 2022г.
ПОНЕДЕЛЬНИК 1-й день

<u>Завтрак</u>	Выход порции		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Каша молочная с крупой	150	200	171,72	228,96
Чай с сахаром	150	180	31,55	28,84
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Масло сливочное	4	5	26,44	33,05
Сыр	6	9	19,26	28,89
<u>10 часов</u>				
Плоды свежие	95	100	44,65	47
<u>Обед</u>				
Суп картофельный с клецками	150	200	109,81	146,42
Тефтели мясные	60	70	98,32	114,7
Свекла тушеная	110	130	96,95	114,58
Напиток из плодов шиповника	150	180	90,48	108,58
Хлеб пшеничный	22	30	47,45	69,02
Хлеб ржаной	26	32	51,45	43,54
<u>Полдник</u>				
Пирожки с капустой	60	80	151,93	202,58
Какао с молоком	150	200	108,52	144,7
ИТОГО			1095,98	1379,88

--