

УТВЕРЖДАЮ  
И.О. Заведующей МБДОУ д/с №9 "Городок детства"  
(Хайлина Е.В.)

сентябрь 2021 г

День первый  
ОСЕНЬ 2021 г  
Возрастная категория 3-7 лет



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "НВ - Групп"  
(Редькина В.В.)  
сентябрь 2021 г.

Наименование блюда	днеста	Выход блюда, г	Вес блюда , г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы,г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом и сыром	ДС	40,5\15	60	6,68	8,45	19,39	180	0,11	СБ.ДОУ 2016г	3
Каша вязкая овсяная с сахаром	ДС	150/5	155	4,65	7,5	20,1	93	0,2	СБ.ДОУ 2016г	182
Какао с молоком	ДС	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ.ДОУ 2016г	416
<b>Итого за завтрак</b>			<b>335</b>	<b>8,32</b>	<b>10,69</b>	<b>35,92</b>	<b>200</b>	<b>1,63</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Сок фруктовый	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	СБ.ДОУ 2016г	418
<b>Обед</b>										
Овощи натуральные соленные (отурец или помидор)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СБ.ППТ 2017г.	71
Суп картофельный с вярмишелью	ДС	200	200	2,15	2,3	13,7	83,8	8,3	СБ.ДОУ 2016г	88
Котлеты рыбные запеченные	ДС	70	70	9,31	3,29	6,71	93,63	0,3	СБ.ДОУ 2016г	271
Картофель отварной или пюре картофельное	ДС	130	130	2,65	4,16	17,71	118,95	15,74	СБ.ДОУ 2016г	136/339
Компот из сухофруктов	ДС	180	180	0,4	0,018	24,99	101,7	0,36	СБ.ДОУ 2016г	394
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>690</b>	<b>19,32</b>	<b>10,468</b>	<b>92,67</b>	<b>540,18</b>	<b>33,45</b>		
<b>Полдник</b>										
Булочка слоеная	ДС	50	50	3,4	7	24,6	180	0	лп	
Кофейный напиток с молоком	ДС	180	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	СБ.ДОУ 2016г	414
<b>Итого полдник</b>			<b>230</b>	<b>6,21</b>	<b>9,39</b>	<b>37,36</b>	<b>264</b>	<b>1,17</b>		
<b>Ужин</b>										
Залежанка овошная	ДС	200	200	7,3	15,7	33,8	310	21,4	СБ.ДОУ 2015г	169
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	575
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ.ДОУ 2016г	412
<b>Итого ужин</b>			<b>447</b>	<b>11,83</b>	<b>17,2</b>	<b>70,01</b>	<b>477,1</b>	<b>22,3</b>		
<b>Итого за первый день</b>			<b>1802</b>	<b>46,18</b>	<b>47,748</b>	<b>246,06</b>	<b>1523,98</b>	<b>60,55</b>		

День второй  
ОСЕНЬ 2021 г.  
Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамины С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Булгурбор с маслом	ДС	30110	40	2,47	7,55	14,62	136,8	0	СБ,ДЮУ 2016г	1
Запеканка из творога со ступенчатым молоком	ДС	150120	170	17,49	15,43	23,78	362,89	1,07	СБ,ДЮУ 2016г	251
Чай с лимоном и сахаром	ДС	18017	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ,ДЮУ 2016г	412
<b>Итого за завтрак</b>			<b>357</b>	<b>17,76</b>	<b>16,33</b>	<b>32,33</b>	<b>398,89</b>	<b>1,97</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44	7,5	СБ,ДЮУ 2016г	368
<b>Обед</b>										
Икра овощная (свекольная)	ДС	50	50	1,17	2,3	6,17	50,05	3,36	СБ,ДЮУ 2016г	55
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	ДС	20014	204	1,43	3,9	10	107	7	СБ,ДЮУ 2016г	63
Фрикадельки из бройлер цыпленка	ДС	70	70	10,59	8,14	6,74	142,63	0,37	СБ,ДЮУ 2016г	325
Макаронны отварные с маслом	ДС	130	130	4,8	3,9	23	146	0	СБ,ДЮУ 2016г	219
Напиток из плодов шиповника	ДС	180	180	0,61	0,25	18,67	79	90	СБ,ДЮУ 2016г	417
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>694</b>	<b>22,86</b>	<b>19,09</b>	<b>92,24</b>	<b>655,78</b>	<b>100,73</b>		
<b>Полдник</b>										
Вафли промышленного производства	ДС	50	50	3	11,4	26	206,8	0,01	СБ,ДЮУ 2016г	457
Молоко кипячёное	ДС	180	180	5,48	4,88	9,07	102	2,5	СБ,ДЮУ 2016г	419
<b>Итого полдник</b>			<b>230</b>	<b>8,48</b>	<b>16,28</b>	<b>35,07</b>	<b>308,8</b>	<b>2,51</b>		
<b>Ужин</b>										
Каша манная жидкая с малом и сахаром	ДС	2001515	210	3	4,72	26	158,11	0	СБ,ДЮУ 2016г	185
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	573
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ,ДЮУ 2016г	411
<b>Итого ужин</b>			<b>410</b>	<b>4,7</b>	<b>4,97</b>	<b>44,21</b>	<b>239,31</b>	<b>0</b>		
<b>Итого за второй день</b>			<b>1791</b>	<b>54,2</b>	<b>57,07</b>	<b>213,85</b>	<b>1646,78</b>	<b>112,71</b>		

Наименование блюда	днетга	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетич ская ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом и сыром	ДС	40(5)15	60	6,68	8,45	19,39	180	0,11	СБ.ДЮУ 2016г	3
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом и сахаром	ДС	200(5)5	210	6	3,93	43,33	233	0,75	СБ.ДЮУ 2016г	182
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ.ДЮУ 2016г	411
<b>Итого за завтрак</b>			<b>450</b>	<b>12,86</b>	<b>12,47</b>	<b>71,09</b>	<b>447,2</b>	<b>0,86</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Сок фруктовый	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	0,1	СБ.ДЮУ 2012г	418
<b>Обед</b>										
Овощи натуральные соленные (огурец или помидор)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СБ.ППП 2017г.	71
Суп картофельный с горохом лушениным	ДС	200	200	4,4	4,2	13	108	5,8	СБ.ДЮУ 2016г	87
Шницель рубленый из говядины	ДС	70	70	11,2	10,1	11,6	16,13	0,11	СБ.ДЮУ 2016г	299
Каша гречневая рассыпчатая	ДС	130	130	7,45	5,28	33,49	211,25	0	СБ.ДЮУ 2016г	330
Компот из свежих плодов	ДС	180	180	0,14	0,14	21,5	87,8	1,55	СБ.ДЮУ 2016г	390
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРБКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРБКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>690</b>	<b>28</b>	<b>20,42</b>	<b>109,15</b>	<b>565,28</b>	<b>16,21</b>		
<b>Полдник</b>										
Булочка сдобная	ДС	50	50	6,6	3,9	20,84	144	0,03	СБ.ДЮУ 2016г	441
Какао с молоком	ДС	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ.ДЮУ 2016г	416
<b>Итого полдник</b>			<b>230</b>	<b>10,27</b>	<b>7,09</b>	<b>36,66</b>	<b>251</b>	<b>1,46</b>		
<b>Ужин</b>										
Рагу из овощей	ДС	200	200	4,3	16,6	17	235	18	СБ.ППП 2005г	360
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРБКИ 2021г	573
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180(7)	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ.ДЮУ 2016г	412
<b>Итого ужин</b>			<b>407</b>	<b>6,09</b>	<b>17,66</b>	<b>35,39</b>	<b>318</b>	<b>18,9</b>		
<b>Итого за третий день</b>			<b>1877</b>	<b>57,72</b>	<b>57,64</b>	<b>262,39</b>	<b>1624,18</b>	<b>37,53</b>		



День четвертый  
ОСЕНЬ 2021 г.  
Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом	ДС	30/10	40	2,47	7,55	14,62	136,8	0	СБ, ДЮУ 2016г	1
Омлет с сыром	ДС	150/5	155	17,44	23,25	2,81	292	0,38	СБ, ДЮУ 2016г	230
Кофейный напиток с молоком	ДС	180	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	СБ, ДЮУ 2016г	414
<b>Итого за завтрак</b>			<b>335</b>	<b>20,25</b>	<b>25,64</b>	<b>15,57</b>	<b>376</b>	<b>1,55</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44	7,5	СБ, ДЮУ 2016г	368
<b>Обед</b>										
Икра кабачковая пром производства для детского питания	ДС	50	50	0,6	2,35	3,85	39	4,8	СБ, ДЮУ 2016г	54
Суп картофельный с рисовой крупой	ДС	200	200	2	2,2	13,6	82,6	6,6	СБ, ДЮУ 2016г	86
Котлеты рубленые из птицы	ДС	70	70	10,81	9,92	11,02	176,75	0,52	СБ, ДЮУ 2016г	322
Каша пшеничная рассыпчатая	ДС	130	130	5,7	5	32,8	200	0	СБ, ДЮУ 2016г	330
Компот из сухофруктов	ДС	180	180	0,4	0,018	24,99	101,7	0,36	СБ, ДЮУ 2016г	394
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРВИКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРВИКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>690</b>	<b>23,77</b>	<b>20,088</b>	<b>113,92</b>	<b>731,15</b>	<b>12,28</b>		
<b>Полдник</b>										
Печенье	ДС	25	25	1,35	3,1	11,8	101	0		к/к
Чай с молоком	ДС		180	2,67	2,34	13,57	92,4	1,43	СБ, ДЮУ 2016г	413
<b>Итого полдник</b>			<b>205</b>	<b>4,02</b>	<b>5,44</b>	<b>25,37</b>	<b>193,4</b>	<b>1,43</b>		
<b>Ужин</b>										
Суп молочный с макаронными изделиями	ДС	200	200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	СБ, ДЮУ 2016г	100
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРВИКИ 2021г	573
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ, ДЮУ 2016г	411
<b>Итого ужин</b>			<b>400</b>	<b>7,45</b>	<b>5,46</b>	<b>37,05</b>	<b>226,4</b>	<b>0,91</b>		
<b>Итого за четвертый день</b>			<b>1730</b>	<b>55,89</b>	<b>57,028</b>	<b>201,91</b>	<b>1570,95</b>	<b>23,67</b>		

День пятый

ОСЕНЬ 2021 г.

Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамины С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом и сыром	ДС	40\5\15	60	6,68	8,45	19,39	180	0,09	СБ,ДОУ 2016г	3
Каша вязкая овсяная с сахаром	ДС	150\5	155	4,65	7,5	20,1	93		СБ,ДОУ 2016г	182
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180\7	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ,ДОУ 2016г	412
<b>Итого за завтрак</b>			<b>342</b>	<b>4,92</b>	<b>8,4</b>	<b>28,65</b>	<b>129</b>			
<b>Второй завтрак</b>										
Сок фруктовый	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	СБ,ДОУ 2016г	418
<b>Обед</b>										
Овощи натуральные соленные (огурец или помидор)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СБ,ПП 2017г.	71
Щи из свежей капусты со сметаной	ДС	200\4	204	1,39	3,9	6,78	67,8	14,8	СБ,ДОУ 2016г	72
Плов из птицы	ДС	70\130	200	18,5	19,5	31	162,1	13,6	СБ,ДОУ 2016г	321
Напиток из плодов шиповника	ДС	180	180	0,22	0,1	24,8	100,8	43,9	СБ,ДОУ 2016г	417
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРБЯКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРБЯКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>694</b>	<b>24,92</b>	<b>24,2</b>	<b>92,14</b>	<b>472,8</b>	<b>81,05</b>		
<b>Полдник</b>										
Булочка слобная	ДС	50	50	5,43	3,3	36,6	197	0	н/п	
Молоко кипячёное	ДС	180	180	5,48	4,88	9,07	102	2,5	СБ,ДОУ 2016г	419
<b>Итого полдник</b>			<b>230</b>	<b>10,91</b>	<b>8,18</b>	<b>45,67</b>	<b>299</b>	<b>2,5</b>		
<b>Ужин</b>										
Каша манная жидкая с сахаром	ДС	200\5\5	210	3,04	0,3	27	122	0	СБ,ДОУ 2010г	185
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРБЯКИ 2021г	573
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ,ДОУ 2016г	411
<b>Итого ужин</b>			<b>410</b>	<b>4,74</b>	<b>0,55</b>	<b>45,21</b>	<b>203,2</b>	<b>0</b>		
<b>Итого за пятый день</b>			<b>1776</b>	<b>45,99</b>	<b>41,33</b>	<b>221,77</b>	<b>1146,7</b>	<b>85,55</b>		

День шестой

ОСЕНЬ 2021 г.

Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом и сыром	ДС	40/5/15	60	6,68	8,45	19,39	180	0,11	СБ.ДЮУ 2016г	3
Каша вязкая рисовая с сахаром	ДС	200/5	205	5,91	6,52	36,86	229,8	0	СБ.ДЮУ 2016г	182
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ.ДЮУ 2016г	411
<b>Итого за завтрак</b>			<b>445</b>	<b>12,77</b>	<b>15,06</b>	<b>64,62</b>	<b>444</b>	<b>0,11</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Фрукты по сезону	ДС	100	100	0,4	0,4	10	44		СБ.ДЮУ 2016г	368
<b>Обед</b>										
Овощи натуральные соевые (отурец или помидор)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СБ.ППП 2017г.	71
Суп картофельный с пшеничной крупой	ДС	200	200	2,1	2,2	2,24	84	8,25	СБ.ДЮУ 2016г	86
Биточки рыбные заготовленные с томатным соусом	ДС	70/30	100	9,58	3,24	7,6	98	2,6	СБ.ДЮУ 2016г	271/366
Картофель отварной или пюре картофельное	ДС	130	130	2,65	4,16	17,71	118,95	15,74	СБ.ДЮУ 2016г	136/339
Компот из свежих плодов	ДС	180	180	0,14	0,14	21,5	87,8	1,55	СБ.ДЮУ 2016г	390
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРВЬКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРВЬКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>720</b>	<b>19,28</b>	<b>10,44</b>	<b>78,61</b>	<b>530,85</b>	<b>36,89</b>		
<b>Полдник</b>										
Мини-кексы	ДС	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	п/л	
Кофейный напиток с молоком	ДС	180	180	2,81	2,39	12,76	84	1,17	СБ.ДЮУ 2016г	414
<b>Итого полдник</b>			<b>230</b>	<b>6,31</b>	<b>6,39</b>	<b>40,66</b>	<b>244</b>	<b>1,18</b>		
<b>Ужин</b>										
Запеканка овощная	ДС	200	200	7,3	15,7	33,8	310	21,4	СБ.ДЮУ 2016г	169
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРВЬКИ 2021г	573
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ.ДЮУ 2016г	412
<b>Итого ужин</b>			<b>407</b>	<b>9,09</b>	<b>16,76</b>	<b>52,19</b>	<b>393</b>	<b>22,3</b>		
<b>Итого за шестой день</b>			<b>1902</b>	<b>47,85</b>	<b>49,05</b>	<b>246,08</b>	<b>1655,85</b>	<b>60,48</b>		

Наименование блюда	диста	Выход блюда, г	Весблюда, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом	ДС	30/10	40	2,47	7,55	14,62	136,8	0	СБ, ДЮУ 2016г	1
Запеканка из творога с морковью со ступенным	ДС	150/20	170	18,3	16,88	32,35	422,4	1,07	СБ, ДЮУ 2016г	252
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,12	0,02	10,2	41	2,83	СБ, ДЮУ 2016г	412
<b>Итого за завтрак</b>			<b>357</b>	<b>18,42</b>	<b>16,9</b>	<b>42,55</b>	<b>463,4</b>	<b>3,9</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Сок яблочный	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	СБ, ДЮУ 2016г	399
<b>Обед</b>										
Салат из горошка зеленого консервированного	ДС	50	50	1,92	0,12	3,9	24,36	5	СБ, ДЮУ 2016г	10
Суп картофельный с вермишелью	ДС	200	200	2,15	2,3	13,7	83,8	8,3	СБ, ДЮУ 2016г	88
Котлеты рубленые из птицы	ДС	70	70	10,81	9,92	11,02	176,75	0,52	СБ, ДЮУ 2016г	322
Каша гречневая рассыпчатая	ДС	130	130	7,45	5,28	33,49	211,25	0	СБ, ДЮУ 2016г	330
Компот из сухофруктов	ДС	180	180	0,4	0,018	24,99	101,7	0,36	СБ, ДЮУ 2016г	394
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРЬЯКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРЬЯКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>690</b>	<b>26,99</b>	<b>18,238</b>	<b>114,76</b>	<b>728,96</b>	<b>14,18</b>		
<b>Подливки</b>										
Пряник	ДС	40	40	5,4	4,3	36,2	210	3,35	СБ, ДЮУ 2016г	443
Чай с молоком	ДС		180	2,67	2,34	13,57	92,4	1,43	СБ, ДЮУ 2016г	413
<b>Итого подливки</b>			<b>220</b>	<b>8,07</b>	<b>6,64</b>	<b>49,77</b>	<b>302,4</b>	<b>4,78</b>		
<b>Ужин</b>										
Каша манная жидкая с сахаром	ДС	200/5	205	3,04	0,3	27	122	0	СБ, ДЮУ 2010г	185
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРЬЯКИ 2021г	573
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ, ДЮУ 2016г	411
<b>Итого ужин</b>			<b>405</b>	<b>4,74</b>	<b>0,55</b>	<b>45,21</b>	<b>203,2</b>	<b>0</b>	<b>СБ, ДЮУ 2015г</b>	
<b>Итого за сельской день</b>			<b>1772</b>	<b>58,72</b>	<b>42,328</b>	<b>262,39</b>	<b>1740,66</b>	<b>24,86</b>		

Наименование блюда	диста	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом и сыром	ДС	40\5\15	60	6,68	8,45	19,39	180	0,11	СБ.ДЮУ 2016г	3
Каша вязкая овсяная с сахаром	ДС	150\5	155	4,65	7,5	20,1	93		СБ.ДЮУ 2016г	182
Какао с молоком	ДС	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ.ДЮУ 2016г	416
<b>Итого за завтрак</b>			<b>395</b>	<b>15</b>	<b>19,14</b>	<b>55,31</b>	<b>380</b>	<b>1,54</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Кисломолочные напитки (кефир, ряженка, снежок, йогурт, бифидок)	ДС	100	100	2,9	2,5	4	50	0,7	СБ.ДЮУ 2016г	420
<b>Обед</b>										
Икра кабачковая пром производства для детского питания	ДС	50	50	0,6	2,35	3,85	39	4,8	СБ.ДЮУ 20156г	54
Расоольник ленинградский с перловой крупой	ДС	200	200	2,1	4,08	10,6	87,6	6,58	СБ.ДЮУ 2016г	82
Мясо тушёное с овощами в соусе	ДС	70\130	200	21,71	16,55	0,34	296	5,2	СБ.ДЮУ 2016г	290
Напиток из плодов шиповника	ДС	180	180	0,22	0,1	24,8	100,8	43,9	СБ. ШП 2005г.	417
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>690</b>	<b>28,89</b>	<b>23,68</b>	<b>67,25</b>	<b>654,5</b>	<b>60,48</b>		
<b>Полдник</b>										
Булочка слоёная	ДС	50	50	3,5	4	27,9	160	0,01	СБ.ДЮУ 2016г	457
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ.ДЮУ 2016г	411
<b>Итого полдник</b>			<b>230</b>	<b>3,68</b>	<b>4,09</b>	<b>36,27</b>	<b>194,2</b>	<b>0,01</b>		
<b>Ужин</b>										
Суп молочный с макаронными изделиями	ДС	200	200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	СБ.ДЮУ 2016г	100
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРВЫКИ 2021г	573
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180\7	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ.ДЮУ 2016г	412
<b>Итого за ужин</b>			<b>407</b>	<b>7,54</b>	<b>6,27</b>	<b>37,23</b>	<b>228,2</b>	<b>1,81</b>		
<b>Итого за восьмой день</b>			<b>1822</b>	<b>58,01</b>	<b>55,68</b>	<b>200,06</b>	<b>1506,9</b>	<b>64,54</b>		



День девятый  
ОСЕНЬ, 2021 г.

Возрастная категория 3-7 лет

Наименование блюда	диета	Выход блюда, г	Вес блюда, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетич еская ценность, ккал	Витамин С	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
<b>Завтрак</b>										
Бутерброд с маслом	ДС	30/10	40	2,47	7,55	14,62	136,8	0	СБ.ДОУ 2016г	1
Макаронны запеченные с сыром	ДС	200/5	205	10,3	12,4	41,2	318	0	СБ.ДОУ 2016г	221
Чай с сахаром	ДС	180	180	0,18	0,09	8,37	34,2	0	СБ.ДОУ 2016г	411
<b>Итого за завтрак</b>	ДС		<b>385</b>	<b>10,48</b>	<b>12,49</b>	<b>49,57</b>	<b>352,2</b>	<b>0</b>		
<b>Второй завтрак</b>										
Сок яблочный	ДС	100	100	0,5	0	10,1	42,7	2	СБ.ДОУ 2016г	418
<b>Обед</b>										
Овощи натуральные соленые (огурец или помидор)	ДС	50	50	0,55	0,1	1,9	11	8,75	СБ.ППП 2017г.	71
Суп картофельный с горохом душистым	ДС	200	200	4,4	4,2	13	108	5,8	СБ.ДОУ 2016г	87
Плов из пшвы	ДС	70/130	200	18,5	19,5	31	162,1	13,6	СБ.ДОУ 2016г	321
Компот из свежих плодов	ДС	180	180	0,14	0,14	21,5	87,8	1,55	СБ.ДОУ 2016г	390
Хлеб пшеничный	ДС	30	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	ЕСТНРЬЯКИ 2021г	573
Хлеб ржано-пшеничный	ДС	30	30	1,98	0,36	12,9	60,6	0	ЕСТНРЬЯКИ 2021г	575
<b>Итого за обед</b>			<b>690</b>	<b>27,85</b>	<b>24,54</b>	<b>95,06</b>	<b>500</b>	<b>29,7</b>		
<b>Полдник</b>										
Печенье	ДС	25	25	1,35	3,1	11,8	101	0		к/к
Какао с молоком	ДС	180	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	СБ.ДОУ 2016г	416
<b>Итого полдник</b>			<b>205</b>	<b>5,02</b>	<b>6,29</b>	<b>27,62</b>	<b>208</b>	<b>1,43</b>		
<b>Ужин</b>										
Рагу из овощей	ДС	200	200	4,3	16,6	17	235	18	СБ.ППП 2005г	360
Хлеб пшеничный	ДС	20	20	1,52	0,16	9,84	47	0	ЕСТНРЬЯКИ 2021г	573
Чай с лимоном и сахаром	ДС	180/7	187	0,27	0,9	8,55	36	0,9	СБ.ДОУ 2016г	412
<b>Итого ужин</b>			<b>407</b>	<b>6,09</b>	<b>17,66</b>	<b>35,39</b>	<b>318</b>	<b>18,9</b>		
<b>Итого за девятый день</b>			<b>1787</b>	<b>49,94</b>	<b>60,98</b>	<b>217,74</b>	<b>1420,9</b>	<b>52,03</b>		

