



Управление образования и молодежной политики  
администрации Городецкого муниципального округа

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 32»

(МБДОУ «Детский сад № 32»)

606523, Нижегородская обл., г. Заволжье, пр. Дзержинского, д. 47а,

тел/факс (83161)74197, e-mail detsad.raduga@yandex.ru

# 10-ти дневное ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ


  
 УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад №32"  
 Т.В.Касимова

| Наименование блюда (салат)                             | д. блюда |       |       |      | Эн. Ценность | Вита. мин. С | № рецептуры  | Наименование блюда (салат)                           | Выход блюда | д. блюда |      |       |       | Эн. Ценность | Вита. мин. С | № рецептуры |
|--|----------|-------|-------|------|--------------|--------------|--------------|--|-------------|----------|------|-------|-------|--------------|--------------|-------------|
|  | Б        | Ж     | У     | У    |              |              |              |  |             | Б        | Ж    | У     | У     |              |              |             |
| каша рисовая молочная                                  | 150/4    | 4,6   | 7,7   | 18,1 | 154          | 0,1          | 3,79 №8/1    | каша рисовая молочная                                | 180/5       | 5,5      | 9,2  | 21,7  | 184,8 | 0,12         | 5,41 №8/1    |             |
| 1 Печенье детское                                      | 20       | 0,4   | 3,4   | 8,7  | 67,9         | 0            | 1,14 №790/2  | Печенье детское                                      | 20          | 1,04     | 9,6  | 24,96 | 194,1 | 0            | 3,26 №790/2  |             |
| 2 Чай с сахаром  | 150      | 0,15  | 0     | 11,2 | 43,5         | 0            | 0,52 №679    | Чай с сахаром  | 180         | 0,18     | 0    | 13,4  | 52,2  | 0            | 0,69 №679    |             |
| напиток из сока  | 100      | 2,7   | 1     | 12,2 | 65,5         | 1,6          | 1,7 №626     | напиток из сока                                      | 100         | 2,7      | 1    | 12,2  | 65,5  | 1,6          | 1,7 №626     |             |
| 1 Свекла отварная                                      | 15       | 0,23  | 0,15  | 1,5  | 7,4          | 1,5          | 0,4 №31/4    | Свекла отварная                                      | 15          | 0,23     | 0,15 | 1,5   | 7,4   | 1,5          | 0,4 №31/4    |             |
| 2 Пюре из св. капусты и картофеля с мясом, со сметаной | 150/1    | 2,9   | 3,4   | 6,2  | 169          | 6,5          | 9,45 №587    | Пюре из св. капусты и картофеля с мясом, со сметаной | 200/1       | 3,9      | 4,5  | 8,3   | 292   | 11,64        | 10,35 №587   |             |
| 3 зразы мясные с яйцом                                 | 100/5    | 3,4   | 6,1   | 22,8 | 163          | 0            | №340         | отварн.макароны                                      | 120/8       | 4,3      | 7,3  | 27,4  | 195,6 | 0            | №340         |             |
| 4 компот из сухофруктов                                | 100      | 7,6   | 2,5   | 5,3  | 74           | 0,18         | 23,37 №886/1 | компот из сухофруктов                                | 70          | 8,9      | 2,9  | 6,2   | 86,3  | 0,2          | 26 №886/1    |             |
| 5 Хлеб ржаной  | 30       | 1,95  | 0,38  | 10,1 | 52,2         | 0            | 0,98 №603    | Хлеб ржаной  | 40          | 2,6      | 0,5  | 13,4  | 69,6  | 0            | 1,3 №603     |             |
| 1 вагруш с джемом                                      | 80       | 9,5   | 5,2   | 30   | 204,8        | 3,2          | №392/1       | вагруш с джемом                                      | 80          | 9,5      | 5,2  | 30    | 204,8 | 3,2          | №392/1       |             |
| 2 огурец соевый  | 40       | 0,34  | 0,7   | 8,2  | 2            | 2            | 218/2        | огурец соевый  | 60          | 0,45     | 1,05 | 7,8   | 3     | 218/2        |              |             |
| 3 котлета картоф. с маслом сливоч.                     | 80/3     | 2,6   | 7,6   | 16,6 | 148,8        | 0            | 8,41 №891/1  | котлета-картоф. с маслом сливоч.                     | 80/3        | 2,6      | 7,6  | 16,6  | 148,8 | 0            | 10,52 №891/1 |             |
| 4 чай с сахаром  | 150      | 0,15  | 0     | 11,2 | 43,5         | 0            | 1,84 №679    | чай с сахаром  | 180         | 0,18     | 0    | 13,4  | 52,2  | 0            | 2,23 №679    |             |
| Фруктово-овощное блюдо                                 | 100      |       |       |      |              |              |              | Фруктово-овощное блюдо                               | 120         |          |      |       |       |              |              |             |
| Кисломолочный продукт                                  | 150      |       |       |      |              |              |              | Кисломолочный продукт                                | 180         |          |      |       |       |              |              |             |
| Свежий фрукт   | 100      |       |       |      |              |              |              | Свежий фрукт   | 100         |          |      |       |       |              |              |             |
| <b>Итого за день</b>                                   |          | 54,63 | 37,43 | 177  | 1292         | 17,78        | 52,9         | 0  | 0           | 1325     | 42,6 | 48    | 218,3 | 1672,7       | 24,46        | 63,4        |



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ "Детский сад №32"  
Т.В.Касимова

| Наименование блюда (салат)        | Выход<br>з<br>блюда | Б            | Ж            | У          | Эп<br>Ценно<br>сть | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецептур<br>ы | Наименование<br>блюда (сал)       | Выход<br>з<br>блюда | Б           | Ж           | У           | Эп<br>Ценно<br>сть | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецепту<br>ры |              |
|-----------------------------------|---------------------|--------------|--------------|------------|--------------------|------------------|--------------------|-----------------------------------|---------------------|-------------|-------------|-------------|--------------------|------------------|--------------------|--------------|
| Каша пшенная<br>молочная с маслом | 150/4               | 4,8          | 5,8          | 4,9        | 175                | 0,1              | 7,98 №55/2         | Каша пшенная<br>молочная с маслом | 180/5               | 5,8         | 6,9         | 5,9         | 210                | 0,12             | 9,26 №55/2         |              |
| Хлеб пшеничный<br>(сыр/поршнями)  | 30                  | 2,3          | 1            | 15         | 78                 | 0                | №206/1             | Хлеб пшеничный<br>сыр(поршнями)   | 40                  | 3,1         | 1,3         | 20          | 104                | 0                | №206/1             |              |
| Какао с молоком<br>450%           | 9                   | 3,8          | 2,7          | 0          | 32,3               | 0,06             | 3,76 №706/1        | Какао с молоком<br>50%            | 13                  | 5,6         | 4           | 0           | 46,6               | 0,09             | 4,56 №706/1        |              |
| Компот из зам. фрук<br>и ягод     | 150                 | 3,2          | 3,8          | 24,4       | 142,5              | 1,2              | 3,73 №585/1        | компот из<br>зам. фрукт и ягод    | 180                 | 3,8         | 4,6         | 29,3        | 171                | 1,4              | 4,4 №585/1         |              |
| Суп картофель с<br>крупой с рыбой | 150/1<br>5          | 7,9          | 5,1          | 14,4       | 137                | 0                | 2,08 №888/1        | суп картофель с<br>крупой с рыбой | 200/2<br>0          | 10,5        | 6,9         | 19,2        | 182,7              | 0                | 3,12 №888/1        |              |
| Котлеты рубленые<br>из птицы      | 60                  | 10,4         | 9,6          | 10,7       | 174                | 0                | 25,5 №202/1        | котлеты рубленые<br>из птицы      | 60                  | 13          | 12          | 13,4        | 217,5              | 0                | 31,9 №202/1        |              |
| Сложный гарнир с<br>маслом        | 100/3-2             | 4,1          | 11,9         | 100,2      | 10,4               | 5,94             | №889/1             | Сложный гарнир с<br>маслом        | 120/4               | 2,5         | 4,9         | 14,3        | 120,6              | 12,5             | 7,29 №889/1        |              |
| Компот из изюма                   | 150                 | 0,45         | 0            | 23,5       | 93                 | 2,7              | 0,77 №820          | Компот из изюма                   | 180                 | 0,54        | 0           | 28,2        | 111,6              | 3,2              | 0,77 №820          |              |
| Хлеб ржаной                       | 30                  | 1,95         | 0,38         | 10,1       | 52,2               | 0                | 0,98 №603          | Хлеб ржаной                       | 40                  | 2,6         | 0,5         | 13,4        | 69,6               | 0                | 1,3 №603           |              |
| Каша греч. рассып с<br>мас        | 100/5               | 3            | 3,4          | 19,6       | 121                | 0                | 2,48 №345          | каша греч. рассып с<br>мас        | 120/8               | 3,6         | 1,1         | 23,5        | 145,2              | 0                | 3,13 №345          |              |
| Чай с сахаром                     | 150                 | 0,15         | 0            | 11,2       | 43,5               | 0                | 3,8 №679           | чай с сахаром                     | 180                 | 0,18        | 0           | 13,4        | 52,2               | 0                | 3,8 №679           |              |
| Яичное блюдо                      | 100                 |              |              |            |                    |                  |                    | Яичное блюдо                      | 120                 |             |             |             |                    |                  |                    |              |
| Кисломолочный<br>продукт          | 150                 |              |              |            |                    |                  |                    | Кисломолочный<br>продукт          | 180                 |             |             |             |                    |                  |                    |              |
| Свежий фрукт                      | 100                 |              |              |            |                    |                  |                    | Свежий фрукт                      | 100                 |             |             |             |                    |                  |                    |              |
| <b>Итого за день</b>              |                     | <b>40,25</b> | <b>35,88</b> | <b>161</b> | <b>1211</b>        | <b>20,16</b>     | <b>58,62</b>       |                                   | <b>0</b>            | <b>1193</b> | <b>51,5</b> | <b>42,2</b> | <b>196,3</b>       | <b>1493</b>      | <b>23,11</b>       | <b>71,13</b> |



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ "Детский сад №32"

Т. В. Касимова

| Наименование блюда (сала)              | Блюда   |       |      |      | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептур | Наименование блюда (сала) | Выход блюда                            |           |      |      | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептуры |       |        |
|--|---------|-------|------|------|--------------|------------|------------|---------------------------|--|-----------|------|------|--------------|------------|-------------|-------|--------|
|  | а       | б     | ж    | у    |              |            |            |                           | б                                      | ж         | у    |      |              |            |             |       |        |
| Каши манная жидкая с маслом            | 150/4   | 4,8   | 5,8  | 4,9  | 175          | 0,1        | 6,9        | 53/3                      | Каши манная жидкая с маслом            | 180/5     | 5,8  | 6,9  | 5,9          | 210        | 0,12        | 8,34  | 53/3   |
| Бутерброд с маслом                     | #####   | 2,63  | 4,02 | 13,6 | 101,5        | 0          | 1,72       | №730                      | Бутерброд с маслом                     |           | 3,3  | 5,6  | 19,5         | 142        | 0           | 2,29  | №730   |
| Кофейный напиток 50%                   | 150     | 1,8   | 2,7  | 21,5 | 114          | 0,3        | 4,37       | №584/1                    | Кофейный напиток 50%                   | 180       | 2,2  | 3,2  | 25,8         | 136,8      | 0,36        | 5,23  | №584/1 |
| кефир разливной                        | 100     | 2,9   | 2,5  | 14   | 70           | 65,6       | 1,6        | №316                      | кефир разливной                        | 100       | 2,9  | 2,5  | 14           | 70         | 65,6        | 1,6   | №316   |
| Борщ с тушенкой со сметаной т/о        | 150/1/4 | 2,8   | 3,5  | 9,7  | 81,6         | 5,4        | 9,35       | №593/1                    | Борщ с тушенкой, со сметаной т/о       | 200/1/2/5 | 3,7  | 4,8  | 12,9         | 108,8      | 7,2         | 10,25 | №593/1 |
| котл. рыбы любит                       | 60      | 7,6   | 2,5  | 5,3  | 74           | 0,18       | 14,24      | №884                      | котл. рыбы любит                       | 70        | 8,9  | 2,9  | 6,2          | 86,3       | 0,2         | 14,24 | №884   |
| слож. гарнир(рис отвар., морк. отвар.) | 100/3   | 2     | 4,1  | 11,9 | 100,2        | 3          | 2,23       | №900                      | слож. гарнир(рис отвар., морк. отвар.) | 120/4     | 2,5  | 4,9  | 14,3         | 120,4      | 3,6         | 2,68  | №900   |
| консерв. цукат                         | 150     | 0,057 | 0    | 24,1 | 67           | 0,04       | 1,84       | №750                      | консерв. цукат                         | 180       | 0,07 | 0    | 28,9         | 80,4       | 0,04        | 2,23  | №750   |
| Хлеб ржаной                            | 30      | 1,95  | 0,38 | 10,1 | 52,2         | 0          | 0,98       | №603                      | Хлеб ржаной                            | 40        | 2,6  | 0,5  | 13,4         | 69,6       | 0           | 1,3   | №603   |
| сыр(порциями)                          | 9       | 3,8   | 2,7  | 0    | 32,3         | 0,06       |            | №706/1                    | сыр(порциями)                          | 13        | 5,6  | 4    | 0            | 46,6       | 0,09        |       | №706/1 |
| отварные макароны                      | 100/5   | 3,4   | 6,1  | 22,8 | 163          | 0          | 22,51      | №340                      | отварные макароны                      | 120/8     | 4,3  | 7,3  | 27,4         | 195,4      | 0           | 27,04 | №340   |
| Чай с сахаром                          | 150     | 0,15  | 0    | 11,2 | 43,5         | 0          | 0,58       | №679                      | Чай с сахаром                          | 180       | 0,18 | 0    | 13,4         | 52,2       | 0           | 0,69  | №679   |
| Крупяное блюдо                         | 100     |       |      |      |              |            |            |                           | Крупяное блюдо                         | 120       |      |      |              |            |             |       |        |
| Кисломолочный продукт                  | 150     |       |      |      |              |            |            |                           | Кисломолочный продукт                  | 180       |      |      |              |            |             |       |        |
| Свежий фрукт                           | 100     |       |      |      |              |            |            |                           | Свежий фрукт                           | 100       |      |      |              |            |             |       |        |
| итого за день:                         |         | 33,89 | 34,3 | 149  | 1074         | 74,68      | 66,32      | 0                         |  |           | 76,3 | 42,1 | 42,6         | 181,7      | 1318,5      | 77,21 | 75,89  |



Муниципальное бюджетное учреждение «Детский сад №32»  
 УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №32»  
 Т.В. Касимова

| Наименование блюда (с/д)                      | Виды    |       |      |      | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептуры | Наименование блюда (сад)                      | Виды    |      |      |      | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептуры |       |
|---|---------|-------|------|------|--------------|------------|-------------|---|---------|------|------|------|--------------|------------|-------------|-------|
|   | Б       | Б     | Ж    | У    |              |            |             |   | Б       | Б    | Ж    | У    |              |            |             |       |
| Суп молочный с макаронными изделиями с маслом | 150/1,5 | 5,6   | 6    | 16,7 | 113          | 0,5        | 4,61 №564   | Суп молочный с макаронными изделиями с маслом | 180/1,8 | 6,7  | 7,2  | 20   | 135,6        | 0,6        | 5,25 №564   |       |
| Бутерброд с маслом                            | 5/30    | 2,63  | 4,02 | 13,6 | 101,5        | 0          | 3,76 №730   | Бутерброд с маслом                            | 5/45    | 3,3  | 5,6  | 19,5 | 142          | 0          | 4,56 №730   |       |
| Чай с сахаром                                 | 150     | 0,15  | 0    | 11,2 | 43,5         | 0          | 3,73 №679   | Чай с сахаром                                 | 180     | 0,18 | 0    | 13,4 | 52,2         | 0          | 4,4 №679    |       |
| Напиток из сока                               | 100     | 2,7   | 1    | 12,2 | 65,6         | 1,6        | 1,23 №626   | напиток из сока                               | 100     | 2,7  | 1    | 12,2 | 65,6         | 1,6        | 1,23 №626   |       |
| Рассольник "Ленинградский" кур. со сметаной   | 150/5/4 | 2,7   | 3    | 12,1 | 146          | 7,1        | 4,48 №813   | Рассольник "Ленинградский" кур. со сметаной   | 200/6/5 | 3,6  | 4    | 16,1 | 194          | 9,5        | 5,88 №813   |       |
| Овощное рагу с филе птицы                     | 150/3   | 14,8  | 19,6 | 17,5 | 309          | 8,6        | 14,7 №814   | Овощное рагу с филе птицы                     | 180/5   | 17,8 | 23,5 | 21   | 370,8        | 10,4       | 17,95 №814  |       |
| Хлеб ржаной                                   | 30      | 1,95  | 0,38 | 10,1 | 52,2         | 0          | 0,98 №603   | Хлеб ржаной                                   | 40      | 2,6  | 0,5  | 13,4 | 69,6         | 0          | 1,3 №603    |       |
| Сухофруктов                                   | 150     | 0,45  | 0    | 23,5 | 93           | 2,7        | 1,3 №764/2  | сухофруктов                                   | 180     | 0,54 | 0    | 28,2 | 111,6        | 3,2        | 1,54 №764/2 |       |
| Оладьи с повидлом                             | 100/15  | 5,1   | 6,6  | 31,6 | 313          | 0          | 1,14 №553   | оладьи с повидлом                             | 120/20  | 6,1  | 7,9  | 37,9 | 255,6        | 0          | 3,26 №553   |       |
| Чай без сахара                                | 150     | 0     | 0    | 0    | 0,15         | 0          | 0 №679/1    | Чай без сахара                                | 180     | 0    | 0    | 0    | 0,18         | 0          | 0 №679/1    |       |
| Рыбное блюдо                                  | 100     |       |      |      |              |            |             | Рыбное блюдо                                  | 120     |      |      |      |              |            |             |       |
| Кисломолочный продукт                         | 150     |       |      |      |              |            |             | Кисломолочный продукт                         | 180     |      |      |      |              |            |             |       |
| Свежий фрукт                                  | 100     |       |      |      |              |            |             | Свежий фрукт                                  | 100     |      |      |      |              |            |             |       |
| Итого за день                                 |         | 36,08 | 40,6 | 149  | 1237         | 20,5       | 35,93       |   | 0       | 1080 | 43,5 | 49,7 | 181,7        | 1397,2     | 25,3        | 45,37 |



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад №32"

Т.В. Касимова

| Наименование блюда (салат)            | Выход      |              |              |            | Эн. Ценность | Вита мин. С | № рецептур   | Наименование блюда (салат)            | Выход    |              |             |             | Эн. Ценность | Вита мин. С   | № рецептур  |           |
|---------------------------------------|------------|--------------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|---------------------------------------|----------|--------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-------------|-----------|
|                                       | д. блюда   | Б            | Ж            | У          |              |             |              |                                       | д. блюда | Б            | Ж           | У           |              |               |             |           |
| Каши геркулесовая молочная с маслом   | 150/4      | 5,7          | 7,6          | 25,5       | 188,5        | 0,1         | 7,21 №1/1    | Каши геркулесовая молочная с маслом   | 180/5    | 6,8          | 9,1         | 30,5        | 226,2        | 0,12          | 8,85 №1/1   |           |
| Омлет с маслом                        | #####      | 2,63         | 4,02         | 13,6       | 101,5        | 0           | 1,72 №730    | Омлет с маслом                        | #####    | 3,3          | 5,6         | 19,5        | 142          | 0             | 2,29 №730   |           |
| Чай с молоком                         | 150        | 1,34         | 1,34         | 14,4       | 72,5         | 2,5         | 4,37 №890    | чай с молоком                         | 180      | 1,6          | 1,6         | 17,3        | 87           | 3             | 5,23 №890   |           |
| Компот из сухофруктов                 | 100        | 0,3          |              | 15,7       | 62           | 1,8         | 0,7 №797/1   | компот из сухофруктов                 | 100      | 0,3          |             | 15,7        | 62           | 1,8           | 0,7 №797/1  |           |
| Морковь отварная                      | 15         | 0,2          | 0,015        | 0,95       | 4,95         | 0,53        | 0,35 №763/1  | Морковь отварная                      | 15       | 0,2          | 0,02        | 0,95        | 4,95         | 0,53          | 0,35 №763/1 |           |
| Суп из овощей с курицей и со сметаной | 150/5/4    | 5,8          | 3,6          | 9,6        | 94,2         | 0,18        | 3,44 №815    | Суп из овощей с курицей и со сметаной | 200/6/5  | 7,7          | 4,8         | 12,8        | 125,6        | 0,24          | 4,29 №815   |           |
| Жаркое по-домашнему с филе птицы      | 170        | 16           | 9,8          | 20,8       | 251          | 0           | 10,32 №885   | жаркое по-домашнему с филе птицы      | 220      | 21           | 13          | 27          | 325          | 0             | 10,32 №885  |           |
| Напиток из сока                       | 150        | 0,37         | 0,075        | 8,25       | 34,5         | 1,5         | 1,3 №366     | напиток из сока                       | 180      | 0,4          | 0,08        | 9,9         | 41,4         | 1,8           | 1,54 №366   |           |
| Хлеб ржаной                           | 30         | 1,95         | 0,38         | 10,1       | 52,2         | 0           | 0,98 №603    | Хлеб ржаной                           | 40       | 2,6          | 0,5         | 13,4        | 69,6         | 0             | 1,3 №603    |           |
| Запеканка творожная со суш.           | 100/1      | 17,5         | 12,1         | 17,2       | 247          | 0,3         | 23,3 №613    | запеканка творожная со суш.           | 120/1    | 21           | 14,6        | 20,6        | 296,4        | 0,4           | 28 №613     |           |
| Чай без сахара                        | 150        | 0            | 0            | 0          | 0,15         | 0           | 0,1 №679/1   | чай без сахара                        | 180      | 0            | 0           | 0           | 0,18         | 0             | 0,13 №679/1 |           |
| Кружяное блюдо                        | 100        |              |              |            |              |             |              | Кружяное блюдо                        | 120      |              |             |             |              |               |             |           |
| Кисломолочный продукт                 | 150        |              |              |            |              |             |              | Кисломолочный продукт                 | 180      |              |             |             |              |               |             |           |
| Свежий фрукт                          | 100        |              |              |            |              |             |              | Свежий фрукт                          | 100      |              |             |             |              |               |             |           |
| <b>Итого за день</b>                  | <b>113</b> | <b>51,79</b> | <b>38,93</b> | <b>136</b> | <b>1109</b>  | <b>6,91</b> | <b>53,79</b> | <b>0</b>                              | <b>0</b> | <b>17873</b> | <b>64,9</b> | <b>49,3</b> | <b>167,7</b> | <b>1380,3</b> | <b>7,89</b> | <b>63</b> |



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий ФБНПЦ "Детский сад №32"  
Т.В. Касимова

| № | Наименование блюда (салат)        | Выход блюда |      |       |      | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептуры | Наименование блюда (салат)        | Выход блюда |      |      |       | Эн. Ценность | Вита мин С | № рецептуры |      |
|---|-----------------------------------|-------------|------|-------|------|--------------|------------|-------------|-----------------------------------|-------------|------|------|-------|--------------|------------|-------------|------|
|   |                                   | а           | б    | ж     | у    |              |            |             |                                   | б           | ж    | у    |       |              |            |             |      |
|   | каша пшенная молочная с маслом    | 150/4       | 7,8  | 8,3   | 31,5 | 227          | 0,1        | 6,95 №55/2  | каша пшенная молочная с маслом    | 180/5       | 9,4  | 10   | 37,8  | 272,4        | 0,12       | 8,34 №55/2  |      |
|   | Печенье детское                   | 20          | 0,4  | 3,4   | 8,7  | 67,9         | 0          | 1,14 №790/2 | Печенье детское                   | 20          | 1,04 | 9,6  | 24,96 | 194,1        | 0          | 3,26 №790/2 |      |
|   | Чай с сахаром                     | 150         | 0,15 | 0     | 11,2 | 43,5         | 0          | 3,73 №679   | Чай с сахаром                     | 180         | 0,18 | 0    | 13,4  | 52,2         | 0          | 4,4 №679    |      |
|   | Компот из яблок                   | 100         | 0,3  | 0     | 15,7 | 62           | 1,8        | 1,7 №821    | Компот из яблок                   | 100         | 0,3  | 0    | 15,7  | 62           | 1,8        | 1,7 №821    |      |
|   | суп картофель с мясными фрикадами | 150/7       | 7,9  | 5,2   | 14,4 | 137          | 0          | 9,35 №892   | суп картофель с мясными фрикадами | 200/8       | 10,5 | 6,9  | 19,2  | 182,7        | 0          | 10,25 №892  |      |
|   | пудинг из говядины                | 80          | 12,1 | 4,8   | 0,6  | 93           | 0,1        | 14,5 №203   | пудинг из говядины                | 60          | 14,5 | 5,7  | 0,7   | 112          | 0,12       | 14,5 №203   |      |
|   | Рис отварной                      | 100/2       | 2,4  | 3,6   | 24,5 | 139,8        | 0          | 3,05 №342/1 | Рис отварной                      | 4           | 2,9  | 4,3  | 29,4  | 167,8        | 0          | 3,7 №342/1  |      |
|   | сухофруктов                       | 150         | 0,45 | 0     | 23,5 | 93           | 2,7        | 1,3 №764/2  | сухофруктов                       | 180         | 0,54 | 0    | 28,2  | 111,6        | 3,2        | 1,54 №764/2 |      |
|   | Хлеб ржаной                       | 30          | 1,95 | 0,38  | 10,1 | 52,2         | 0          | 0,98 №603   | Хлеб ржаной                       | 40          | 2,6  | 0,5  | 13,4  | 69,6         | 0          | 1,3 №603    |      |
|   | запечен с морков и сыром          | 100         | 2    | 4,1   | 11,9 | 100,2        | 3          | №893/3      | запечен с морков и сыром          | 120         | 2,5  | 4,9  | 14,3  | 120,4        | 3,6        | №893/3      |      |
|   | хлеб пшеничный                    | 30          | 2,3  | 1     | 15   | 78           | 0          | 1,15 №206/1 | хлеб пшеничный                    | 40          | 3,1  | 1,3  | 20    | 104          | 0          | 1,72 №206/1 |      |
|   | Чай с сахаром                     | 150         | 0,15 | 0     | 11,2 | 43,5         | 0          | 0,38 №679   | Чай с сахаром                     | 180         | 0,18 | 0    | 13,4  | 52,2         | 0          | 0,69 №679   |      |
|   | Рыбное блюдо                      | 100         |      |       |      |              |            |             | Рыбное блюдо                      | 120         |      |      |       |              |            |             |      |
|   | Кисломолочный продукт             | 150         |      |       |      |              |            |             | Кисломолочный продукт             | 180         |      |      |       |              |            |             |      |
|   | Сок                               | 150         |      |       |      |              |            |             | Сок                               | 180         |      |      |       |              |            |             |      |
|   |                                   |             | 37,9 | 30,78 | 178  | 1132         | 7,5        | 44,45       |                                   | 0           | 1400 | 47,7 | 43,2  | 230,5        | 1501       | 8,84        | 51,4 |



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад №32"

*Т.В. Касимова*

Т.В. Касимова

| Наименование блюда (салат)              | д. блюда | Б            | Ж            | У          | Эн. Ценность | Вита мин С  | № рецептур   | Наименование блюда (сал)                | Выход блюда               | Б           | Ж           | У           | Эн. Ценность | Вита мин С    | № рецептур   |              |
|---|----------|--------------|--------------|------------|--------------|-------------|--------------|---|---------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
| Каша ячневая жидкая с маслом            | 150/4    | 4,8          | 5,8          | 4,9        | 175          | 0,1         | 6,9 №894     | Каша ячневая жидкая с маслом            | 180/5                     | 5,8         | 6,9         | 5,9         | 210          | 0,12          | 8,34 №894    |              |
| Хлеб пшеничный                          | 30       | 2,3          | 1            | 15         | 78           | 0           | 1,72 №206/1  | Хлеб пшеничный                          | 40                        | 3,1         | 1,3         | 20          | 104          | 0             | 2,29 №206/1  |              |
| Кофейный напиток 50%                    | 150      | 1,8          | 2,7          | 21,5       | 114          | 0,3         | 4,37 №584/1  | Кофейный напиток 50%                    | 180                       | 2,2         | 3,2         | 25,8        | 136,8        | 0,36          | 5,23 №584/1  |              |
| Компот из смеси заморож. фруктов и ягод | 100      | 0,3          | 0            | 15,7       | 62           | 5,8         | 0,78 №883    | Компот из смеси заморож. фруктов и ягод | 100                       | 0,3         | 0           | 15,7        | 62           | 5,8           | 0,78 №883    |              |
| Свекла отварная                         | 15       | 0,23         | 0,15         | 1,5        | 7,4          | 1,3         | 0,4 №31/4    | Свекла отварная                         | 15                        | 0,23        | 0,15        | 1,5         | 7,4          | 1,3           | 0,4 №31/4    |              |
| Суп гороховый с курицей                 | 150/5    | 6,2          | 3,7          | 12         | 106,8        | 0,6         | 5,04 №817    | Суп гороховый с курицей                 | 200/6                     | 8,3         | 4,9         | 16          | 142,4        | 0,8           | 6,02 №817    |              |
| Голубцы ленивые из курицы               | 150/3    | 1,2          | 1,2          | 1,7        | 72,8         | 349,9       | 0            | 1,27 №740                               | Голубцы ленивые из курицы | 12          | 12,2        | 1,7         | 72,8         | 349,9         | 0            | 1,27 №740    |
| Вареники из картофеля                   | 150/3    | 1,8          | 15,8         | 7,3        | 217,5        | 0,8         | 31,31 №672   | Вареники из картофеля                   | 180/4                     | 2,16        | 18,9        | 8,7         | 261          | 0,9           | 37,48 №672   |              |
| Вареники из соевого фарша               | 150      | 0,37         | 0,075        | 8,25       | 34,5         | 1,5         | 1,84 №366    | Вареники из соевого фарша               | 180                       | 0,4         | 0,08        | 9,9         | 41,4         | 1,8           | 2,23 №366    |              |
| Хлеб ржаной                             | 30       | 1,95         | 0,38         | 10,1       | 52,2         | 0           | 0,98 №603    | Хлеб ржаной                             | 40                        | 2,6         | 0,5         | 13,4        | 69,6         | 0             | 1,3 №603     |              |
| Блины с повидлом                        | 100/1    | 5,1          | 4,8          | 39,3       | 224          | 0           | 20,76 №666   | Блины с повидлом                        | 100/1                     | 5,1         | 4,8         | 39,3        | 224          | 0             | 20,76 №666   |              |
| Чай без сахара                          | 150      | 0            | 0            | 0          | 0,15         | 0           | 0,1 №679/1   | Чай без сахара                          | 180                       | 0           | 0           | 0           | 0,18         | 0             | 0,13 №679/1  |              |
| Овощное блюдо                           | 100      |              |              |            |              |             |              | Овощное блюдо                           | 120                       |             |             |             |              |               |              |              |
| Сладкий фрукт                           | 100      |              |              |            |              |             |              | Сладкий фрукт                           | 100                       |             |             |             |              |               |              |              |
| <b>Итого за день</b>                    |          | <b>37,05</b> | <b>36,11</b> | <b>208</b> | <b>1421</b>  | <b>10,6</b> | <b>75,47</b> |   | <b>0</b>                  | <b>1147</b> | <b>42,4</b> | <b>42,4</b> | <b>229</b>   | <b>1608,7</b> | <b>11,28</b> | <b>90,47</b> |





| Наименование<br>блюда (салат)                    | Выход        |       |      |      | Эн.<br>Ценно<br>сть | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецепту<br>ры | Наименование<br>блюда (салат)                    | Выход        |      |      |      | Эн.<br>Ценно<br>сть | Вита<br>мин<br>С | №<br>рецепту<br>ры |       |
|--|--------------|-------|------|------|---------------------|------------------|--------------------|--|--------------|------|------|------|---------------------|------------------|--------------------|-------|
|  | д<br>блода   | Б     | Ж    | У    |                     |                  |                    |  | д<br>блода   | Б    | Ж    | У    |                     |                  |                    |       |
| Суп рисовый<br>молочный<br>бутерброд с<br>маслом | 150/1<br>5   | 5.1   | 6.2  | 16.4 | 138.3               | 0.6              | 4.39 №565          | Суп рисовый<br>молочный<br>бутерброд с<br>маслом | 180/1<br>8   | 6.1  | 7.4  | 19.7 | 166                 | 0.7              | 5.27 №565          |       |
| Какао с молоком<br>50%                           | 5/30         | 2.63  | 4.02 | 13.6 | 101.5               | 0                | 3.76 №730          | Какао с молоком<br>50%                           | 5/45         | 3.3  | 5.6  | 19.5 | 142                 | 0                | 4.56 №730          |       |
| Компот из<br>сухофруктов                         | 150          | 3.2   | 3.8  | 24.4 | 142.5               | 1.2              | 3.73 №585/1        | Компот из<br>сухофруктов                         | 180          | 3.8  | 4.6  | 29.3 | 171                 | 1.4              | 4.4 №585/1         |       |
| огур. сол. пори                                  | 40           | 0.3   |      | 0.7  | 5.2                 | 2                | 0.35 №218/2        | огур. сол. пори                                  | 60           | 0.45 |      | 1.05 | 7.8                 | 3                | 0.35 №218/2        |       |
| Щи по-уральски с<br>маслом, со сметаной          | 150/1<br>1/4 | 2.9   | 3.4  | 6.2  | 69                  | 6.5              | 7.02 №895/1        | Щи по-уральски с<br>маслом, со сметаной          | 200/1<br>2/5 | 3.9  | 4.5  | 8.3  | 92                  | 8.7              | 8.96 №895/1        |       |
| Котлеты, биточки<br>рыбные                       | 60           | 7.6   | 2.5  | 5.3  | 74                  | 0.18             | 14.97 №146         | Котлеты, биточки<br>рыбные                       | 70           | 8.9  | 2.9  | 6.2  | 86.3                | 0.2              | 13.06 №146         |       |
| Картофельное<br>пюре без<br>сливочного масла     | 100          | 2.1   | 4.9  | 14.5 | 120                 | 3.7              | 2.23 №523          | Картофельное<br>пюре без<br>сливочного масла     | 120          | 2.5  | 5.9  | 17.4 | 144                 | 4.5              | 2.68 №523          |       |
| Хмель из<br>концентрата                          | 150          | 0.057 | 0    | 24.1 | 67                  | 0.04             | 2.69 №750          | Хмель из<br>концентрата                          | 180          | 0.07 | 0    | 28.9 | 80.4                | 0.04             | 3.23 №750          |       |
| Хлеб ржаной                                      | 30           | 1.95  | 0.38 | 10.1 | 52.2                | 0                | 0.98 №603          | Хлеб ржаной                                      | 40           | 2.6  | 0.5  | 13.4 | 69.6                | 0                | 1.3 №603           |       |
| Супе из тв.е. морс.<br>со стущ.                  | 100/1<br>0   | 17.5  | 19.1 | 17.2 | 247                 | 0.3              | 8.23 №896          | супе из тв.е. морс.<br>со стущ.                  | 120/1<br>2   | 21   | 19.6 | 20.6 | 296.4               | 0.4              | 8.23 №896          |       |
| чай без сахара                                   | 150          | 0     | 0    | 0    | 0.15                | 0                | 6.9 №679/1         | чай без сахара                                   | 180          | 0    | 0    | 0    | 0.18                | 0                | 8.3 №679/1         |       |
| Гвародинное<br>блюдо                             | 100          |       |      |      |                     |                  |                    | Гвародинное<br>блюдо                             | 120          |      |      |      |                     |                  |                    |       |
| продукт<br>СБК                                   | 150<br>100   |       |      |      |                     |                  |                    | продукт<br>СБК                                   | 180<br>100   |      |      |      |                     |                  |                    |       |
| Итого за день                                    | 1            | 38.54 | 38.1 | 132  | 940.6               | 15.72            | 56.48              | Итого за день                                    | 0            | 1330 | 52.9 | 51   | 180.1               | 1317.7           | 20.74              | 61.57 |



| Наименование блюда (салат)                     | Выход    |              |             |            | Эн. Ценность | Вита мин С   | № рецептуры  | Наименование блюда (салат)                     | Выход    |             |           |             | Эн. Ценность | Вита мин С    | № рецептуры  |              |
|--|----------|--------------|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|--|----------|-------------|-----------|-------------|--------------|---------------|--------------|--------------|
|  | д. б/б/л | Б            | Ж           | У          |              |              |              |  | д. б/б/л | Б           | Ж         | У           |              |               |              |              |
| Чай с сахаром                                  | 150      | 0,15         | 0           | 11,2       | 43,5         | 0            | №679         | Чай с сахаром                                  | 180      | 0,18        | 0         | 13,4        | 52,2         | 0             | №679         |              |
| Напиток из сока                                | 100      | 2,7          | 1           | 12,2       | 65,5         | 1,6          | №626         | напиток из сока                                | 100      | 2,7         | 1         | 12,2        | 65,5         | 1,6           | №626         |              |
| Суп картофельный с клецками с рыбой            | 150/5    | 7,9          | 5,2         | 14,4       | 137          | 0            | №586/2       | Суп картофельный с клецками с рыбой            | 200/6    | 10,5        | 6,9       | 19,2        | 282,7        | 0             | №586/2       |              |
| Капуста тушеная с филе птицы (без слив. масла) | 150      | 13,8         | 13,6        | 11,8       | 228          | 3,4          | №630/1       | Капуста тушеная с филе птицы (без слив. масла) | 180      | 16,6        | 16,3      | 14,2        | 373,6        | 4,1           | №630/1       |              |
| Хлеб ржаной                                    | 30       | 1,95         | 0,38        | 10,1       | 52,2         | 0            | №603         | Хлеб ржаной                                    | 40       | 2,6         | 0,5       | 13,4        | 69,6         | 0             | №603         |              |
| Соус с овощами                                 | 40       | 1            | 3,8         | 5,8        | 56           | 0,08         | №180         | соус с овощами                                 | 50       | 1,3         | 4,8       | 4,7         | 70           | 0,1           | №180         |              |
| Булочка-косичка                                | 80       | 22,1         | 2,6         | 44,8       | 229,3        | 0            | №520/1       | булочка-косичка                                | 80       | 22,1        | 2,6       | 44,8        | 229,3        | 0             | №520/1       |              |
| Чай с сахаром                                  | 150      | 0,15         | 0           | 11,2       | 43,5         | 0            | №679         | Чай с сахаром                                  | 180      | 0,18        | 0         | 13,4        | 52,2         | 0             | №679         |              |
| Крупяное блюдо                                 | 120      |              |             |            |              |              |              | Крупяное блюдо                                 | 120      |             |           |             |              |               |              |              |
| Молочный продукт                               | 180      |              |             |            |              |              |              | Молочный продукт                               | 180      |             |           |             |              |               |              |              |
| Свежий фрукт                                   | 100      |              |             |            |              |              |              | Свежий фрукт                                   | 100      |             |           |             |              |               |              |              |
| <b>Итого за день</b>                           |          | <b>80,33</b> | <b>51,9</b> | <b>183</b> | <b>1455</b>  | <b>13,88</b> | <b>43,95</b> | <b>0</b>                                       | <b>0</b> | <b>1510</b> | <b>93</b> | <b>63,2</b> | <b>214,6</b> | <b>2035,3</b> | <b>16,32</b> | <b>51,69</b> |



И прошу прощения, прошу прощения

и скреплено печатью в количестве 11 листов

Заведующий М.А.В. Касимова





Заведующий

*М.А.В. Касимова*

и скреплено печатью в количестве 11 листов