

**МЕНО**

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
<b>Завтрак</b>									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,39	0
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,38	2,36	6,97	2,23	29,23	202	0,42
30/10	Чай с молоком	180	3,93	3,71	3,26	0,06	15,11	102,7	0,68
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,62	0	0,06	33,02	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0
-	Сок	125	0,63	0	0,13	0	12,88	54,05	2,5
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>560</b>	<b>15,5</b>	<b>8,66</b>	<b>16,47</b>	<b>2,49</b>	<b>71,5</b>	<b>490,3</b>	<b>3,6</b>
<b>Обед</b>									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,79	0	3,58	3,58	5,17	52,94	1,11
19/2	Суп картофельный с рыбой	200	6,79	5,15	4,2	3,91	15,8	126,4	1,74
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	7,46	0,06	6,2	2,01	39,57	233	0,78
15/8	Биштекс из мяса рубленый паровой*	80	14,45	14,45	31,22	2	0,35	340,1	0,09
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0,78	0,62	1,72	0,02	2,35	27,76	0,11
18/10	Кисель из ягод	180	0,1	0	0,04	0,04	24,62	96,41	1,08
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,72	55,97	0
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,59	67,68	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>740</b>	<b>34,32</b>	<b>20,27</b>	<b>47,54</b>	<b>12,13</b>	<b>114,16</b>	<b>1000</b>	<b>4,91</b>
<b>Полдник</b>									
18/12	Булка школьная *	50	4,14	0,02	6,08	6	32,48	199,7	0
-	Кефир	200	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6	1,4
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>250</b>	<b>9,94</b>	<b>5,82</b>	<b>12,48</b>	<b>6</b>	<b>40,48</b>	<b>316,3</b>	<b>1,4</b>
<b>Итого за день</b>			<b>59,77</b>	<b>34,75</b>	<b>76,5</b>	<b>20,62</b>	<b>226,13</b>	<b>1807</b>	<b>9,91</b>

## Ранний возраст

Заведующий БМАДОУ №41

Садовникова Н.А.



Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
<b>Завтрак</b>									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,4	0
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,79	1,77	5,19	1,67	21,93	151,1	0,31
30/10	Чай с молоком	170	3,92	3,84	3,33	0,02	14,73	102	0,7
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,62	0	0,06	33,03	0
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,73	55,98	0
-	Сок	125	0,62	0	0,12	0	12,87	54,05	2,5
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>495</b>	<b>13,57</b>	<b>8,19</b>	<b>14,73</b>	<b>1,86</b>	<b>61,46</b>	<b>427,6</b>	<b>3,52</b>
<b>Обед</b>									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,59	0	2,39	2,39	3,86	36,99	0,83
19/2	Суп картофельный с рыбой	180	6,11	4,64	3,78	3,52	14,22	113,7	1,56
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	6,31	0,04	5,01	1,7	33,47	195	0,66
15/8	Бифштекс из мяса рубленый паровой*	60	10,84	10,84	23,43	1,5	0,28	255,3	0,07
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20	0,57	0,46	1,12	0,01	1,64	18,79	0,08
18/10	Кисель из ягод	150	0,08	0	0,03	0,03	20,22	79,16	0,9
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0	0,13	0,13	9,38	44,78	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0	0,36	0,36	12,51	58,02	0
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>610</b>	<b>27,8</b>	<b>15,99</b>	<b>36,24</b>	<b>9,64</b>	<b>95,59</b>	<b>801,8</b>	<b>4,11</b>
<b>Полдник</b>									
18/12	Булка школьная *	50	4,14	0,02	6,08	6	32,48	199,7	0
-	Кефир	150	4,35	4,35	4,8	0	6	87,45	1,05
<b>Итого за 'Полдник'</b>		<b>200</b>	<b>8,49</b>	<b>4,37</b>	<b>10,88</b>	<b>6</b>	<b>38,48</b>	<b>287,1</b>	<b>1,05</b>
<b>Итого за день</b>			<b>49,87</b>	<b>28,55</b>	<b>61,85</b>	<b>17,5</b>	<b>195,53</b>	<b>1516</b>	<b>8,68</b>



MEHIO

Заведующий БМАДОУ №41

Вита-  
мин С,

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Вита- мин С, мг
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			
Завтрак									
1/6	Яйцо отварное	20	2,54	2,54	2,3	0	0,14	31,39	0
8/4	Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом	200	4,16	0	6,36	7,23	25,68	173,8	0
27/10	Чай	180	0,33	0	0,08	0,08	9,05	36,14	0
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0	0,2	0,2	14,07	67,17	0
-	Сок	125	0,63	0	0,13	0	12,88	54,05	2,5
Итого за 'Завтрак'		555	9,64	2,54	9,07	7,51	61,81	362,6	2,5
Обед									
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,85	0	3,58	3,58	5,52	54,37	1,19
19/2	Суп картофельный с рыбой	200	6,79	5,15	4,2	3,91	15,8	126,4	1,74
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами безмолочное меню	130	7,41	0	7,49	8,51	39,48	244,1	0,78
15/8	Бифштекс из мяса рубленый паровой безмолочный*	80	14,24	14,24	31,04	2	0	336,3	0
18/10	Кисель из ягод	180	0,1	0	0,04	0,04	24,27	94,99	1,08
-	Хлеб ржаной	35	2,31	0	0,42	0,42	14,6	67,68	0
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0	0,16	0,16	11,73	55,98	0
Итого за 'Обед'		710	33,34	19,39	46,93	18,61	111,39	979,8	4,78
Полдник									
18/12	Булка школьная безмолочная*	50	4,14	0,02	5,31	6	32,46	192,7	0
27/10	Чай (вариант 2)	200	0,08	0	0,02	0,02	4,95	19,22	0
Итого за 'Полдник'		250	4,21	0,02	5,33	6,02	37,41	212	0
Итого за день			47,2	21,95	61,33	32,14	210,61	1554	7,28

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816896

Владелец Садовникова Наталья Александровна

Действителен с 04.07.2025 по 04.07.2026