

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 345

ИНН/КПП 6670425384/6670001001 620075 г.Екатеринбург, ул. Мамина-Сибиряка, 91 а

тел./факс 8(343) 350-29-99, e-mail: mdou345@eduekb.ru, http://345.tvoysadik.ru/



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 345

/О.В. Дворецкая

Приказ № 41-01 от 09.09.2025 г.

**ПЯТНАДЦАТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ЕЖЕДНЕВНОГО ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ**

Муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 345  
(от 3 лет до 7 лет)



УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
 Дворецкая О.В.  
 ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда  | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 7.7/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200гр                                  | 37,56              | 6,86           | 6,18            | 249                                 |
| 7.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром 30/5/10  | 14,59              | 6,78           | 4,63            | 143                                 |
| 7.14/10     | Завтрак               | 0,2              | Какао с молоком 200 гр  | 19,42              | 3,59           | 3,77            | 134                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |   | <b>71,57</b>       | <b>17,23</b>   | <b>14,58</b>    | <b>526</b>                          |
| 7.031       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>  | <i>10,10</i>       | <i>0,01</i>    | <i>0,50</i>     | <i>46</i>                           |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.  | 12,54              | 0,36           | 1,98            | 54,3                                |
| 8.6/10      | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов 200г  | 18,00              | 0,03           | 0,49            | 78,35                               |
| 7.18/2      | Обед                  | 0,2              | Суп картофельный с макаронными изделиями 0,200                                  | 13,15              | 1,10           | 1,75            | 73,3                                |
| 7.28/1      | Обед                  | 0,06             | Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растител. маслом 60гр. | 7,78               | 3,66           | 0,95            | 72,2                                |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 7.061/4     | Обед                  | 0,15             | Бигус с мясом 150г  | 9,10               | 12,90          | 12,62           | 165                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,76</b>      |   | <b>80,67</b>       | <b>18,24</b>   | <b>19,81</b>    | <b>535</b>                          |
| 7.270/1/5   | Полдник               | 0,15             | Биойогурт 150 г   | 28,50              | 4,50           | 4,50            | 170                                 |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 7.1/1/7     | Полдник               | 0,2              | Джем 20 г   | 14,60              | 0,00           | 0,08            | 55,65                               |
| 7.19/5/1    | Полдник               | 0,15             | Суфле творожное 150 гр  | 20,30              | 26,40          | 16,20           | 434                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,52</b>      |   | <b>73,40</b>       | <b>31,08</b>   | <b>22,30</b>    | <b>706</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,73</b>      |   | <b>235,74</b>      | <b>66,55</b>   | <b>57,19</b>    | <b>1813</b>                         |


 УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАИ СОУ детский сад № 345  
 Дворецкая О.В.  
 ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ВТОРОЙ ДЕНЬ

| Номер карты  | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                                      | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|--------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 2021/32/10   | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр                       | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104,5                               |
| 7.035/1      | Завтрак               | 0,046            | Батон с маслом  | 21,36              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
| 7.14/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша ячневая молочная с маслом сливочным 200гр          | 33,00              | 5,61           | 5,89            | 443                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,446</b>     |   | <b>68,50</b>       | <b>13,76</b>   | <b>11,80</b>    | <b>810</b>                          |
| <i>7.031</i> | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                              | <i>10,10</i>       | <i>0,01</i>    | <i>0,50</i>     | <i>46</i>                           |
| 7.110/2      | Обед                  | 0,18             | Компот из кураги 180 г                                  | 18,47              | 0,00           | 0,53            | 75                                  |
| 7.002/1      | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                                      | 12,54              | 0,36           | 1,98            | 54,3                                |
| 7.8/2        | Обед                  | 0,2              | Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 200гр | 8,09               | 2,76           | 1,58            | 128                                 |
| 4.7/8        | Обед                  | 0,08             | Бефстроганов из отварного мяса говядины 80 гр.          | 4,74               | 13,09          | 12,72           | 423                                 |
| 7.44/3       | Обед                  | 0,15             | Каша гречневая рассыпчатая с овощами 150г               | 45,52              | 7,40           | 7,36            | 539                                 |
| 7.367-3      | Обед                  | 0,05             | Огурец консервированный 50 гр                           | 1,37               | 0,05           | 0,45            | 16,9                                |
| 7.050        | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                                    | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,81</b>      |   | <b>110,83</b>      | <b>23,85</b>   | <b>26,64</b>    | <b>1328</b>                         |
| 7.050        | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                                    | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 2021/27/1    | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г   | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 26                                  |
| 7.61р/5      | Полдник               | 0,15             | Суфле рыбное 150г                                       | 3,19               | 7,70           | 19,74           | 173                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,37</b>      |   | <b>19,55</b>       | <b>7,88</b>    | <b>21,26</b>    | <b>245</b>                          |
|              | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,63</b>      |   | <b>378,21</b>      | <b>90,97</b>   | <b>98,14</b>    | <b>4521</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345

Дворецкая О.В.

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ТРЕТИЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда  | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 4.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром•1                                    | 14,59              | 6,78           | 4,63            | 286                                 |
| 7.16/4      | Завтрак               | 0,2              | Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным 200гр | 24,20              | 6,43           | 4,95            | 379                                 |
| 7.12/10     | Завтрак               | 0,2              | Чай с молоком 200 гр  | 11,22              | 1,41           | 1,32            | 134                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |   | <b>50,01</b>       | <b>14,62</b>   | <b>10,90</b>    | <b>799</b>                          |
| 7.346       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Яблоко 100гр</i>   | <i>10,4</i>        | <i>0,4</i>     | <i>0,4</i>      | <i>84,6</i>                         |
| 7.507       | Обед                  | 0,2              | Напиток с витаминами "Витошка"                              | 3,8                | 0,0            | 0,0             | 17,7                                |
| 7.5/9       | Обед                  | 0,08             | Биточки (котлеты) из мяса кур 80 гр                         | 12,8               | 13,7           | 14,2            | 621,0                               |
| 7.10/3      | Обед                  | 0,13             | Морковь тушеная 130г  | 13,5               | 6,9            | 1,8             | 263,0                               |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.  | 12,54              | 0,36           | 1,98            | 54,3                                |
| 7.018/3     | Обед                  | 0,2              | Суп крестьянский на курином бульоне со сметаной             | 12,0               | 3,1            | 1,7             | 177,0                               |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,76</b>      |   | <b>75,15</b>       | <b>24,56</b>   | <b>21,54</b>    | <b>1264</b>                         |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г   | 6,36               | 0              | 0               | 27                                  |
| 2021/2/6    | Полдник               | 0,15             | Омлет запеченный или паровой 150 гр                         | 2,34               | 13,07          | 10,69           | 187                                 |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,37</b>      |   | <b>18,70</b>       | <b>13</b>      | <b>12,21</b>    | <b>260</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,58</b>      |   | <b>154,26</b>      | <b>52,78</b>   | <b>45,01</b>    | <b>2407</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                               | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 2021/32/10  | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр                | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104,5                               |
| 8.4/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 200г | 22,19              | 6,32           | 4,58            | 179                                 |
| 7.035       | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом                                   | 21,36              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>57,69</b>       | <b>14,47</b>   | <b>10,49</b>    | <b>546</b>                          |
| 7.346       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Яблоко 100гр</i>                              | <i>8,24</i>        | <i>0,24</i>    | <i>0,32</i>     | <i>37,6</i>                         |
| 8.6/10      | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов 200г                       | 0,49               | 0,03           | 0,49            | 78,35                               |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                               | 12,54              | 0,36           | 1,98            | 54,3                                |
| 7.3/3       | Обед                  | 0,15             | Картофельное пюре 150г                           | 21,34              | 4,63           | 2,88            | 339                                 |
| 7.11/8      | Обед                  | 0,08             | Гуляш из мяса говядины 80 гр.                    | 4,65               | 14,95          | 14,71           | 533                                 |
| 7.16/2      | Обед                  | 0,2              | Суп картофельный с крупой 0,200                  | 18,30              | 4,39           | 2,55            | 251                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                             | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 7.098/3     | Обед                  | 0,05             | Помидор порционный 50 гр                         | 2,95               | 0,12           | 0,65            | 13,57                               |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,83</b>      |  | <b>78,51</b>       | <b>24,90</b>   | <b>25,10</b>    | <b>1353</b>                         |
| 7.2/5/1     | Полдник               | 0,15             | Запеканка рисовая с творогом 150                 | 33,66              | 15,06          | 8,15            | 651,7                               |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                             | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г  | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 26,53                               |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,37</b>      |  | <b>50,02</b>       | <b>15,24</b>   | <b>9,67</b>     | <b>724</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,6</b>       |  | <b>186,22</b>      | <b>54,85</b>   | <b>45,58</b>    | <b>2661</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ПЯТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты  | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                               | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|--------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 7.15/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 200гр | 32,31              | 6,31           | 6,45            | 462                                 |
| 2021/32/10   | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр                | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104                                 |
| 4.4/13       | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром•1                         | 14,59              | 6,78           | 4,63            | 286                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>61,04</b>       | <b>15,91</b>   | <b>13,88</b>    | <b>852</b>                          |
| <b>7.031</b> | <b>Второй завтрак</b> |                  |  |                    |                |                 |                                     |
|              |                       | <b>0,1</b>       | <b>Сок фруктовый 100 г</b>                       | <b>10,10</b>       | <b>0,01</b>    | <b>0,50</b>     | <b>46</b>                           |
| 7.15/10      | Обед                  | 0,2              | Напиток из шиповника 200 гр                      | 21,81              | 0,00           | 0,48            | 180                                 |
| 7.4/9/1      | Обед                  | 0,15             | Плов из мяса кур 150 гр                          | 29,67              | 18,08          | 19,36           | 920                                 |
| 7.002/1      | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                               | 12,54              | 0,36           | 1,98            | 54,3                                |
| 7.050        | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                             | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
| 7.2/2        | Обед                  | 0,2              | Борщ со сметаной 200гр                           | 12,16              | 4,55           | 1,74            | 199                                 |
| 7.275        | Обед                  | 0,04             | Икра кабачковая                                  | 3,75               | 3,59           | 0,80            | 100                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,74</b>      |  | <b>100,03</b>      | <b>26,77</b>   | <b>26,38</b>    | <b>1546</b>                         |
| 7.356        | Полдник               | 0,15             | Снежок 150 гр                                    | 6,00               | 4,80           | 4,20            | 171                                 |
| 7.6/12/2     | Полдник               | 0,09             | Ватрушка со сметаной 90 гр                       | 47,00              | 13,28          | 8,20            | 749                                 |
| 7.050        | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                             | 10,00              | 0,18           | 1,52            | 46,2                                |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,26</b>      |  | <b>63,00</b>       | <b>18,26</b>   | <b>13,92</b>    | <b>966</b>                          |
|              | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,45</b>      |  | <b>224,07</b>      | <b>60,94</b>   | <b>54,68</b>    | <b>3410</b>                         |

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
 Дворецкая О.В.  
 ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                           | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 8.5/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша манная молочная с маслом сливочным 200г | 28,40              | 5,4            | 5,23            | 197                                 |
| 4.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром•1                     | 14,60              | 6,8            | 4,63            | 286                                 |
| 2021/32/10  | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр            | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104,5                               |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>57,14</b>       | <b>15,0</b>    | <b>12,66</b>    | <b>588</b>                          |
| 7.031       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                   | <i>0,67</i>        | <i>0,1</i>     | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 7.3/3       | Обед                  | 0,15             | Картофельное пюре 150г                       | 22,25              | 4,6            | 3,11            | 339                                 |
| 8.6/10      | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов 200г                   | 17,90              | 0,0            | 0,49            | 78                                  |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                           | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.017/2     | Обед                  | 0,045            | Зеленый горошек                              |                    |                |                 |                                     |
| 7.36/2/4    | Обед                  | 0,08             | Фрикадельки рыбные                           | 0,50               | 19,0           | 19,63           | 568                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                         | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.14/2      | Обед                  | 0,2              | Суп из овощей со сметаной 0,200              | 9,58               | 5,5            | 9,58            | 202                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,725</b>     |  | <b>73,44</b>       | <b>29,7</b>    | <b>36,81</b>    | <b>1480</b>                         |
| 7.9/5/2     | Полдник               | 0,15             | Запеканка из творога 150 гр                  | 13,90              | 17,6           | 14,20           | 299                                 |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                         | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г                                    | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 26,53                               |
| 2021/1/7.   | Полдник               | 0,02             | Джем 20 г.                                   | 14,60              | 0,0            | 0,08            | 55                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,39</b>      |  | <b>44,86</b>       | <b>17,8</b>    | <b>15,80</b>    | <b>473</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,56</b>      |  | <b>175,44</b>      | <b>62,53</b>   | <b>65,27</b>    | <b>2540</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда  | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 2021/32/10  | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр                             | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104,5                               |
| 7.17/4      | Завтрак               | 0,2              | Каша молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным 200г | 25,05              | 6,23           | 4,62            | 377                                 |
| 7.035       | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом  | 21,36              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |   | <b>60,55</b>       | <b>14,38</b>   | <b>10,53</b>    | <b>744</b>                          |
| 7.031       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                                    | <i>10,10</i>       | <i>0,10</i>    | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 7.110/2     | Обед                  | 0,18             | Компот из кураги 180 г  | 18,47              | 0,00           | 0,53            | 75                                  |
| 7.3.46/1    | Обед                  | 0,2              | Рыба запеченая в сметане с картофелем                         | 32,60              | 14,51          | 24,85           | 391                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.н086-7    | Обед                  | 0,2              | Суп гороховый со сметаной 200 гр                              | 15,79              | 2,88           | 4,00            | 221                                 |
| 7.275       | Обед                  | 0,04             | Икра кабачковая   | 3,75               | 3,59           | 0,80            | 100                                 |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.  | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,77</b>      |   | <b>103,25</b>      | <b>21,62</b>   | <b>34,18</b>    | <b>1080</b>                         |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г   | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 26,53                               |
| 7.308       | Полдник               | 0,03             | Печенье 30 гр   | 23,04              | 1,56           | 3,12            | 274                                 |
| 7.43-2/4    | Полдник               | 0,15             | Макаронные изделия отварные с сыром 150 гр                    | 32,62              | 6,08           | 6,98            | 230                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,4</b>       |   | <b>72,02</b>       | <b>7,82</b>    | <b>11,62</b>    | <b>623</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,62</b>      |   | <b>235,82</b>      | <b>43,8</b>    | <b>56,33</b>    | <b>2446</b>                         |





УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда  | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 4.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром*1  | 14,60              | 6,8            | 4,63            | 286                                 |
| 7.21/2      | Завтрак               | 0,2              | Суп молочный с лапшой 0,200   | 12,52              | 3,8            | 3,29            | 212                                 |
| 7.12/10     | Завтрак               | 0,2              | Чай с молоком 200 гр  | 11,22              | 1,4            | 1,32            | 134                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |   | <b>38,34</b>       | <b>12,0</b>    | <b>9,24</b>     | <b>632</b>                          |
| 7.187/1     | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Груша 100 гр</i>   | <i>9,27</i>        | <i>0,27</i>    | <i>0,36</i>     | <i>89</i>                           |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.  | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.55с-1     | Обед                  | 0,2              | Суп геркулесовый на мясном бульоне  | 18,30              | 4,39           | 2,55            | 251                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.152/3     | Обед                  | 0,225            | Азу 0,225   | 14,41              | 19,90          | 16,30           | 201                                 |
| 7.7/10      | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов и шиповника 200 гр  | 3,46               | 0,00           | 0,00            | 16                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,775</b>     |   | <b>67,98</b>       | <b>25,1</b>    | <b>22,71</b>    | <b>758</b>                          |
| 7.328       | Полдник               | 0,06             | Яйцо вареное  | 0,27               | 4,1            | 4,79            | 62                                  |
| 2021/49/2   | Полдник               | 0,06             | Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп.луком, сол.огурцом раст.мас 60гр | 7,00               | 3,3            | 0,90            | 68                                  |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр  | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г   | 6,36               | 0,0            | 0               | 27                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,34</b>      |   | <b>23,63</b>       | <b>7,5</b>     | <b>7,21</b>     | <b>249</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,56</b>      |   | <b>129,95</b>      | <b>44,61</b>   | <b>39,16</b>    | <b>1639</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
 Дворецкая О.В.  
 ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                                 | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 2021/32/10  | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр                  | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104,5                               |
| 7.035       | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом                                     | 21,36              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
| 8.8/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 200г | 21,40              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>56,90</b>       | <b>13,48</b>   | <b>9,02</b>     | <b>629</b>                          |
| 7.187/1     | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Груша 100 гр</i>                                | <i>9,27</i>        | <i>0,27</i>    | <i>0,36</i>     | <i>89</i>                           |
| 8.6/10      | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов 200г                         | 17,90              | 0,0            | 0,49            | 78                                  |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                                 | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.180-4/1   | Обед                  | 0,13             | Рагу из овощей 130 гр                              | 12,17              | 3,47           | 2,44            | 184                                 |
| 7.5/2       | Обед                  | 0,2              | Свекольник со сметаной 200гр                       | 10,90              | 4,45           | 1,37            | 199                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                               | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.288       | Обед                  | 0,06             | Салат из помидоров 60 гр.                          | 3,29               | 3,13           | 0,75            | 86                                  |
| 7.н163/7    | Обед                  | 0,07             | Котлета мясная 70 гр                               | 2,46               | 11,65          | 13,74           | 190                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,81</b>      |  | <b>78,53</b>       | <b>23,54</b>   | <b>22,65</b>    | <b>1027</b>                         |
| 7.10/7      | Полдник               | 0,15             | Кнели рыбные паровые 150 гр                        | 10,28              | 3,61           | 10,98           | 348                                 |
| 2021/015    | Полдник               | 0,02             | Вафли 20 гр  | 16,18              | 0,56           | 0,64            | 70                                  |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                               | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г  | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 26                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,39</b>      |  | <b>42,82</b>       | <b>4,35</b>    | <b>13,14</b>    | <b>536</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,65</b>      |  | <b>178,25</b>      | <b>41,37</b>   | <b>44,81</b>    | <b>2192</b>                         |

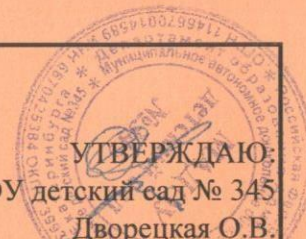
УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345

Дворецкая О.В.

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты  | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда   | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|--------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 4.4/13       | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром*1   | 14,60              | 6,8            | 4,63            | 286                                 |
| 7.18/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным 200г | 24,50              | 6,42           | 4,88            | 367                                 |
| 2021/32/10   | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр                                    | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 104,5                               |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>53,24</b>       | <b>16,02</b>   | <b>12,31</b>    | <b>758</b>                          |
| <b>7.031</b> | <b>Второй завтрак</b> | <b>0,1</b>       | <b>Сок фруктовый 100 г</b>   | <b>10,10</b>       | <b>0,10</b>    | <b>0,50</b>     | <b>92</b>                           |
| 7.3/11/1     | Обед                  | 0,03             | Соус молочный (для запекания) 30 гр                                  | 3,21               | 3,05           | 1,10            | 100                                 |
| 7.н041/3     | Обед                  | 0,15             | Запеканка картофельная с отварным мясом 150 гр .                     | 1,91               | 21,70          | 23,48           | 349                                 |
| 7.050        | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр   | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.002/1      | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.   | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.15/10      | Обед                  | 0,2              | Напиток из шиповника 200 гр  | 21,80              | 0,00           | 0,48            | 180                                 |
| 7.20/2       | Обед                  | 0,2              | Суп-лапша на курином бульоне 0,200                                   | 12,00              | 3,06           | 1,74            | 177                                 |
| 7.375/3      | Обед                  | 0,03             | Кукуруза консервированная  | 4,66               | 0,11           | 0,59            | 25                                  |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,76</b>      |  | <b>76,22</b>       | <b>28,56</b>   | <b>31,39</b>    | <b>1123</b>                         |
| 7.403/7      | Полдник               | 0,15             | Биокефир 150 г   | 6,23               | 4,90           | 4,30            | 89                                  |
| 7.428        | Полдник               | 0,09             | Рулет из дрожжевого теста с курагой 90 гр                            | 46,00              | 2,87           | 5,97            | 490                                 |
| 7.050        | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр   | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,26</b>      |  | <b>62,23</b>       | <b>7,95</b>    | <b>11,79</b>    | <b>671</b>                          |
|              | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,47</b>      |  | <b>191,69</b>      | <b>52,53</b>   | <b>55,49</b>    | <b>2551</b>                         |



Заведующий МАДОУ детский сад № 345

Дворецкая О.В.

ОДИННАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                                      | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 7.19/4      | Завтрак               | 0,2              | Каша молочная ассорти( пшенично-кукурузная) с маслом0,2 | 33,20              | 5,61           | 5,89            | 443                                 |
| 4.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром•1                                | 14,50              | 6,78           | 4,63            | 286                                 |
| 7.14/10     | Завтрак               | 0,2              | Какао с молоком 200 гр                                  | 19,40              | 3,59           | 3,77            | 269                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |   | <b>67,10</b>       | <b>15,98</b>   | <b>14,29</b>    | <b>998</b>                          |
| 7.031       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                              | <i>10,10</i>       | <i>0,10</i>    | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 8.6/10      | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов 200г                              | 18,00              | 0,03           | 0,49            | 78                                  |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                                      | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 2023/22     | Обед                  | 0,15             | Капуста тушеная с картофелем 0,15                       | 15,20              | 3,17           | 2,19            | 185                                 |
| 7.31/2      | Обед                  | 0,2              | Суп крестьянский с крупой 0,200                         | 18,30              | 4,39           | 2,50            | 251                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                                    | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.н104/1    | Обед                  | 0,07             | Тефтели из говядины с рисом "Ёжики" 70 гр               | 4,59               | 9,55           | 10,14           | 334                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,77</b>      |   | <b>88,73</b>       | <b>17,78</b>   | <b>19,32</b>    | <b>1141</b>                         |
| 7.9/5/2     | Полдник               | 0,15             | Запеканка из творога 150 гр                             | 15,20              | 19,00          | 15,36           | 656                                 |
| 7.270/1/5   | Полдник               | 0,15             | Биойогурт 150 г   | 28,00              | 4,50           | 4,50            | 169                                 |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                                    | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,32</b>      |   | <b>53,20</b>       | <b>23,68</b>   | <b>21,38</b>    | <b>917</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,54</b>      |   | <b>209,03</b>      | <b>57,54</b>   | <b>55,49</b>    | <b>3056</b>                         |



ДВЕНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

| Номер карты  | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                    | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|--------------|-----------------------|------------------|---------------------------------------|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 7.035        | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом                        | 21,40              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
| 2021/32/10   | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр     | 14,14              | 2,82           | 2,80            | 105                                 |
| 7.22/2       | Завтрак               | 0,2              | Суп молочный с крупой 0,200           | 13,00              | 4,54           | 3,49            | 231                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |                                       | <b>48,54</b>       | <b>12,69</b>   | <b>9,40</b>     | <b>598</b>                          |
| <i>7.031</i> | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>            | <i>10,10</i>       | <i>0,10</i>    | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 7.110/2      | Обед                  | 0,18             | Компот из кураги 180 г                | 18,40              | 0,00           | 0,53            | 75                                  |
| 7.002/1      | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                    | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.3/8.       | Обед                  | 0,2              | Мясо тушеное с овощами 0,200          | 18,20              | 14,50          | 15,00           | 287                                 |
| 7.11/2       | Обед                  | 0,2              | Рассольник с крупой и сметаной 200 гр | 14,30              | 4,68           | 1,92            | 229                                 |
| 7.098/3      | Обед                  | 0,05             | Помидор порционный 50 гр              | 2,95               | 0,12           | 0,65            | 14                                  |
| 7.050        | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                  | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,78</b>      |                                       | <b>86,49</b>       | <b>19,94</b>   | <b>22,10</b>    | <b>897</b>                          |
| 7.362        | Полдник               | 0,13             | Пюре из гороха со сливочным маслом    | 24,30              | 4,51           | 9,60            | 186                                 |
| 7.050        | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                  | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 2021/27/1    | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г                             | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 27                                  |
| 7.308        | Полдник               | 0,03             | Печенье 30 гр                         | 23,00              | 1,56           | 3,12            | 275                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,38</b>      |                                       | <b>63,66</b>       | <b>6,25</b>    | <b>14,24</b>    | <b>580</b>                          |
|              | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,61</b>      |                                       | <b>198,69</b>      | <b>38,88</b>   | <b>45,74</b>    | <b>2074</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ТРИНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                               | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 4.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром*1                         | 14,90              | 6,78           | 4,63            | 286                                 |
| 7.2/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша гречневая молочная с маслом сливочным 200гр | 32,16              | 6,28           | 6,19            | 420                                 |
| 7.12/10     | Завтрак               | 0,2              | Чай с молоком 200 гр                             | 11,20              | 1,41           | 1,32            | 134                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>58,26</b>       | <b>14,47</b>   | <b>12,14</b>    | <b>840</b>                          |
| 7.031       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                       | <i>10,10</i>       | <i>0,10</i>    | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 7.8/9       | Обед                  | 0,15             | Суфле из мяса кур паровое 150 гр                 | 3,50               | 20,00          | 14,90           | 764                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                             | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.133       | Обед                  | 0,05             | Салат из свеклы с соленым огурцом                | 5,56               | 1,81           | 0,79            | 82                                  |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                               | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.133/2     | Обед                  | 0,2              | Суп с клецками со сметаной                       | 9,85               | 3,38           | 1,51            | 82                                  |
| 7.507       | Обед                  | 0,2              | Напиток с витаминами "Витошка"                   | 3,46               | 0,00           | 0,00            | 16                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,75</b>      |  | <b>55,01</b>       | <b>25,83</b>   | <b>21,20</b>    | <b>1237</b>                         |
| 7.63с-1/1   | Полдник               | 0,13             | Картофель отварной 130 гр                        | 21,60              | 3,29           | 2,49            | 270                                 |
| 2021/27/1   | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г  | 6,36               | 0,00           | 0,00            | 27                                  |
| 7.н125/9    | Полдник               | 0,02             | Сельдь 20 гр                                     | 20,00              | 1,73           | 3,46            | 29                                  |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                             | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,37</b>      |  | <b>57,96</b>       | <b>5,20</b>    | <b>7,47</b>     | <b>418</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,57</b>      |  | <b>171,23</b>      | <b>45,50</b>   | <b>40,81</b>    | <b>2494</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
 Дворецкая О.В.  
 ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты  | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                             | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|--------------|-----------------------|------------------|--|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 2021/32/10   | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр              | 14,10              | 2,82           | 2,80            | 104                                 |
| 8.11/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша пшенная молочная с маслом сливочным 200г  | 31,30              | 6,31           | 6,45            | 231                                 |
| 7.035        | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом                                 | 21,40              | 5,33           | 3,11            | 262                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |  | <b>66,80</b>       | <b>14,46</b>   | <b>12,36</b>    | <b>597</b>                          |
| <i>7.031</i> | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                     | <i>10,10</i>       | <i>0,10</i>    | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 8.6/10       | Обед                  | 0,2              | Компот из сухофруктов 200г                     | 18,00              | 0,03           | 0,49            | 78                                  |
| 7.002/1      | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                             | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.3/3        | Обед                  | 0,15             | Картофельное пюре 150г                         | 19,90              | 4,60           | 2,72            | 332                                 |
| 7.2/2        | Обед                  | 0,2              | Борщ со сметаной 200гр                         | 12,16              | 4,55           | 1,74            | 199                                 |
| 7.050        | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                           | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.10/1       | Обед                  | 0,06             | Салат из морковью с растительным маслом 60 гр. | 6,76               | 4,04           | 0,53            | 126                                 |
| 7.н163/8     | Обед                  | 0,08             | Котлета мясная 80 гр                           | 15,70              | 13,32          | 15,70           | 213                                 |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,84</b>      |  | <b>105,16</b>      | <b>27,18</b>   | <b>25,18</b>    | <b>1241</b>                         |
| 7.050        | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                           | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.19/5/1     | Полдник               | 0,15             | Суфле творожное 150 гр                         | 16,30              | 21,00          | 12,90           | 754                                 |
| 7.351        | Полдник               | 0,01             | Сгущеное молоко 10 гр                          | 11,47              | 1,47           | 1,74            | 134                                 |
| 2021/27/1    | Полдник               | 0,2              | Чай 200 г                                      | 6,30               | 0,00           | 0,00            | 26                                  |
|              | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,38</b>      |  | <b>44,07</b>       | <b>22,65</b>   | <b>16,16</b>    | <b>1006</b>                         |
|              | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,67</b>      |  | <b>216,03</b>      | <b>64,29</b>   | <b>53,70</b>    | <b>2844</b>                         |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ детский сад № 345  
Дворецкая О.В.  
ВОЗРАСТНАЯ ГРУППА 3-7 ЛЕТ

ПЯТНАДЦАТЫЙ ДЕНЬ

| Номер карты | Время приёма пищи     | Вес одной порции | Наименование блюда                            | Углеводы блюда, кг | Жиры блюда, кг | Белки блюда, кг | Энергетическая ценность блюда, ккал |
|-------------|-----------------------|------------------|---|--------------------|----------------|-----------------|-------------------------------------|
| 2021/32/10  | Завтрак               | 0,2              | Кофейный напиток с молоком 200 гр             | 14,13              | 2,82           | 2,80            | 104                                 |
| 4.4/13      | Завтрак               | 0,045            | Батон с маслом и сыром*1                      | 14,60              | 6,78           | 4,63            | 286                                 |
| 7.6/4       | Завтрак               | 0,2              | Каша овсяная молочная с маслом сливочным 200г | 31,75              | 7,87           | 6,79            | 450                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,445</b>     |   | <b>60,48</b>       | <b>17,47</b>   | <b>14,22</b>    | <b>840</b>                          |
| 7.031       | <i>Второй завтрак</i> | <i>0,1</i>       | <i>Сок фруктовый 100 г</i>                    | <i>10,10</i>       | <i>0,10</i>    | <i>0,50</i>     | <i>92</i>                           |
| 7.15/10     | Обед                  | 0,2              | Напиток из шиповника 200 гр                   | 21,80              | 0,00           | 0,48            | 180                                 |
| 7.179/1     | Обед                  | 0,15             | Рис припущенный с овощами .                   | 31,70              | 7,18           | 3,97            | 433                                 |
| 7.14/2      | Обед                  | 0,2              | Суп из овощей со сметаной 0,200               | 9,58               | 5,45           | 1,56            | 202                                 |
| 7.9/8/2     | Обед                  | 0,08             | Печень по-строгановски 80 гр.                 | 2,19               | 12,38          | 10,63           | 382                                 |
| 7.050       | Обед                  | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                          | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
| 7.002/1     | Обед                  | 0,03             | Хлеб ржаной 30 гр.                            | 12,54              | 0,4            | 1,98            | 109                                 |
| 7.014-4     | Обед                  | 0,05             | Огурец свежий порционный 50 гр                | 0,13               | 0,00           | 0,03            | 470                                 |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,83</b>      |   | <b>98,04</b>       | <b>25,65</b>   | <b>20,67</b>    | <b>1959</b>                         |
| 7.403/7     | Полдник               | 0,15             | Биокефир 150 г                                | 8,00               | 6,40           | 5,60            | 228                                 |
| 7.8/12/2    | Полдник               | 0,09             | Сдоба обыкновенная 90 гр                      | 3,34               | 5,72           | 7,96            | 618                                 |
| 7.050       | Полдник               | 0,02             | Хлеб пшеничный 20 гр                          | 10,00              | 0,2            | 1,52            | 92                                  |
|             | <b>ИТОГО</b>          | <b>0,26</b>      |   | <b>21,34</b>       | <b>12,30</b>   | <b>15,08</b>    | <b>938</b>                          |
|             | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>  | <b>1,54</b>      |   | <b>179,86</b>      | <b>55,42</b>   | <b>49,97</b>    | <b>3737</b>                         |



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 21544219559557245818350236768380521217002357689

Владелец Дворецкая Оксана Владимировна

Действителен с 22.08.2024 по 22.08.2025