

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»

С.А.Гаянова



Категория: Дети (2-3 года)

Неделя: первая		1 день-понедельник 17 марта 2025 год				
№ п/п	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>						
1.	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,48	3,95	23,04	150,8
2.	Чай с молоком	165	1,26	1,28	10,1	37,87
3.	Хлеб с маслом	30/5	2,01	3,87	12,13	91,33
	<b>Итого за прием:</b>	<b>350</b>	<b>7,75</b>	<b>9,1</b>	<b>45,27</b>	<b>280</b>
<b>2 завтрак</b>						
1.	Молоко кипяченое	100	4,58	4,08	7,58	70
	<b>Итого за прием:</b>	<b>100</b>	<b>4,58</b>	<b>4,08</b>	<b>7,58</b>	<b>70</b>
<b>Обед:</b>						
1.	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	3,3	3,9	11,27	101,8
2.	Биточки из мяса говядины (паровые)	50	9,5	7,7	4,08	124,9
3.	Горошница	110	5,04	2,8	15,04	136
4.	Компот из компотной смеси	150	0,2	0,0	13,76	54,9
5.	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	0,36	72,4
	<b>Итого за прием:</b>	<b>500</b>	<b>20,02</b>	<b>14,76</b>	<b>44,51</b>	<b>490</b>
<b>Полдник:</b>						
1.	Сок	170	0,5	0,1	10,01	43,24
2.	Сдоба обыкновенная	30	5,3	3,9	32,4	96,76
	<b>Итого за прием:</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>4</b>	<b>42,41</b>	<b>140</b>
<b>Ужин</b>						
1.	Суп молочный с крупой	150	2,6	3,15	10,65	105,33
2.	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,19	9,18	74,71
3.	Какао с молоком	150	2,9	2,61	17,18	103,3
4.	Фрукт	70	0,56	0,52	13,38	66,66
	<b>Итого за прием:</b>	<b>400</b>	<b>7,56</b>	<b>6,47</b>	<b>50,39</b>	<b>350</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1550</b>	<b>45,71</b>	<b>38,41</b>	<b>190,16</b>	<b>1330</b>
Санитарно-эпидемиологические правила и нормы (СанПин 2.3/2.4.3590-20)						





УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»

С.А. Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: первая		1 день-понедельник 17 марта 2025 год				
№ п/п	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>						
1.	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	170	6,0	5,3	30,7	200,12
2.	Чай с молоком	185	1,26	1,28	10,1	42,46
3.	Хлеб с маслом	40/5	3,2	5,55	19,38	117,42
<b>Итого за прием:</b>		<b>400</b>	<b>10,46</b>	<b>12,13</b>	<b>60,18</b>	<b>360</b>
<b>2 завтрак</b>						
1.	Молоко кипяченое	120	5,49	5,49	9,09	90
<b>Итого за прием:</b>		<b>120</b>	<b>5,49</b>	<b>5,49</b>	<b>9,09</b>	<b>90</b>
<b>Обед:</b>						
1.	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом говядины	180	4,4	5,2	11,13	151,35
2.	Биточки из мяса говядины (паровые)	70	12,7	10,3	5,44	204,86
3.	Горошница	130	6,3	3,5	18,8	170
4.	Компот из компотной смеси	180	0,3	0,0	18,35	73,3
5.	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
<b>Итого за прием:</b>		<b>610</b>	<b>61,2</b>	<b>21,47</b>	<b>54,17</b>	<b>690</b>
<b>Полдник:</b>						
1.	Сок	190	0,59	0,1	11,88	51,34
2.	Сдоба обыкновенная	60	7,95	5,85	48,6	128,66
<b>Итого за прием:</b>		<b>250</b>	<b>8,54</b>	<b>5,95</b>	<b>60,48</b>	<b>180</b>
<b>Ужин:</b>						
1.	Суп молочный с крупой	180	3,5	4,2	14,2	108
2.	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
3.	Какао с молоком	180	3,9	3,5	22,9	123,96
4.	Фрукт	50	0,75	0,7	17,84	63,05
<b>Итого за прием:</b>		<b>450</b>	<b>9,94</b>	<b>8,63</b>	<b>65,9</b>	<b>390</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1830</b>	<b>95,63</b>	<b>53,67</b>	<b>249,82</b>	<b>1710</b>

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 115325922318594162224631579063447765997006712133

Владелец Гаянова Светлана Анатольевна

Действителен с 08.07.2024 по 08.07.2025