

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»  
 \_\_\_\_\_ / С.А.Гаянова

**Категория:** Дети (2-3 года)

<b>Неделя: первая</b>		<b>2 день-вторник 18 марта 2025 года</b>				
<b>№ п/п</b>	<b>Прием пищи, наименование изделий (блюды)</b>	<b>Выход, г</b>	<b>Белки, г.</b>	<b>Жиры, г.</b>	<b>Углеводы, г</b>	<b>ЭЦ, ккал</b>
	<b>Завтрак</b>					
1.	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,79	5,56	20,04	122,82
2.	Кофейный напиток с молоком	155	2,26	2,16	10,02	60,18
3.	Хлеб с маслом и сыром	30/5/10	5	6,6	14,1	97
	<b>Итого за прием:</b>	<b>350</b>	<b>12,05</b>	<b>14,32</b>	<b>44,16</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 Крестьянский с крупой и сметаной	150	3,87	5,15	7,05	91,05
2.	Плов из отварного мяса говядины	160	11,16	10,92	25,98	270
3.	Компот из компотной смеси	150	0,37	0,02	13,44	56,55
4.	Хлеб ржаной	40	1,98	0,36	0,36	72,4
	<b>Итого за прием:</b>	<b>500</b>	<b>17,38</b>	<b>16,45</b>	<b>46,83</b>	<b>490</b>
	<b>Полдник:</b>					
1.	Фрукт	200	1	1	16,66	94,09
2.	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	85,91
	<b>Итого за прием:</b>	<b>250</b>	<b>3,16</b>	<b>1,26</b>	<b>30,44</b>	<b>180</b>
	<b>Ужин</b>					
1.	Запеканка из творога с морковью	150	20,35	17,64	19,1	200
2.	Повидло	40	2,03	3,21	24,4	49,04
3.	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,19	9,18	74,71
4.	Чай	180	0,0	0,0	6,82	26,25
	<b>Итого за прием:</b>	<b>400</b>	<b>23,88</b>	<b>21,04</b>	<b>59,5</b>	<b>350</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1600</b>	<b>59,01</b>	<b>56,93</b>	<b>184,83</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		2 день-вторник 18 марта 2025 года				
№ п/п	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	<b>Завтрак</b>					
1.	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	165	6,4	7,4	27,2	134
2.	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,9	13,4	89
3.	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	5	6,6	14,1	137
	<b>Итого за прием:</b>	<b>400</b>	<b>14,4</b>	<b>16,9</b>	<b>54,7</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 Крестьянский с крупой и сметаной	180	4,9	6,4	13,13	133,8
2.	Плов из отварного мяса говядины	200	18,6	18,2	43,3	393,71
3.	Компот из компотной смеси	180	0,5	0,0	18,3	72
4.	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	<b>Итого за прием:</b>	<b>610</b>	<b>61,5</b>	<b>27,07</b>	<b>75,18</b>	<b>690</b>
	<b>Полдник:</b>					
1.	Фрукт	200	1	1	16,66	94,09
2.	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	85,91
	<b>Итого за прием:</b>	<b>250</b>	<b>3,16</b>	<b>1,26</b>	<b>30,44</b>	<b>180</b>
1.	<b>Ужин:</b>					
2.	Запеканка из творога с морковью	165	22,38	19,4	21,01	204,84
3	Повидло	45	2,28	3,61	27,45	55,17
4	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
	Чай	200	0,0	0,0	9,1	35
	<b>Итого за прием:</b>	<b>450</b>	<b>26,45</b>	<b>23,24</b>	<b>68,52</b>	<b>390</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1830</b>	<b>111</b>	<b>73,96</b>	<b>237,93</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