

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»  
/ С.А.Гаянова

**Категория:** Дети (2-3 года)

| Неделя: первая                                                        |                                               | 2 день-вторник<br>29 апреля 2025 года |              |              |                |             |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|----------------|-------------|
| №<br>п/п                                                              | Прием пищи,<br>наименование изделий<br>(блюд) | Выход,<br>г                           | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г.  | Углеводы,<br>г | ЭЦ,<br>ккал |
|                                                                       | <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<br>29 апреля 2025 года |              |              |                |             |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------|--------------|--------------|----------------|-------------|
| №<br>п/п                                                              | Прием пищи,<br>наименование изделий<br>(блюд) | Выход,<br>г                           | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г.  | Углеводы,<br>г | ЭЦ,<br>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