

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 01.04.24

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Каша молочная вязкая геркулесовая. №168                        | 150           | 200           |
| Кофейный напиток с молоком. №395                               | 150           | 200           |
| Масло(порциями) №6   | 10            | 10            |
| Хлеб пшеничный.  | 30            | 30            |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты свежие (Яблоко)№368             | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b>   |               |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем. №67                         | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Котлета рубленая из птицы №305                                 | 50            | 70            |
| Каша гречневая рассыпчатая №165                                | 110           | 150           |
| Соус томатный №348   | 30            | 30            |
| Чай с лимоном №393   | 150           | 180           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80            | 100           |
| Булочка ванильная №450   | 50            | 50            |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 30            |
| Чай с сахаром №392   | 150           | 190           |
| <i>белки</i>   | <i>41,83</i>  | <i>54,0</i>   |
| <i>жиры</i>  | <i>45,06</i>  | <i>54,6</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>192,05</i> | <i>247,2</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1364,4</i> | <i>1720,7</i> |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Г.Елесина

Дата 02.04.24

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |             |         |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93                       | 150         | 200     |
| Бутерброд с сыром №3   | 45          | 45      |
| Чай с сахаром №392   | 150         | 190     |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Сок яблочный                           | 100         | 100     |
| <b><u>Обед</u></b>   |             |         |
| Суп картофельный с бобовыми №87                                | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Рагу из птицы №289   | 130         | 150     |
| Кисель из повидла №383   | 150         | 180     |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |             |         |
| Запеканка морковная с творогом №168                            | 100         | 150     |
| Соус молочный сладкий №369                                     | 15          | 30      |
| Чай с сахаром №392   | 150         | 200     |
| <i>белки</i>   | 46,1        | 50,0    |
| <i>жиры</i>  | 47,4        | 47,9    |
| <i>углеводы</i>  | 140,9       | 221,7   |
| <i>калорийность</i>  | 1178,0      | 1494,2  |

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки  
Н.Н.Елесина

Дата 28.04.2024

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b> Каша вязкая<br>молочная рисовая №174           | 150         | 200     |
| Масло(порциями) №6   | 10          | 10      |
| Хлеб пшеничный   | 30          | 30      |
| Чай с лимоном №393   | 180         | 180     |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Сок<br>яблочный №399                         | 100         | 100     |
| <b><u>Обед</u></b> Суп картофельный<br>с клецками №91                | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец<br>или помидор соленый,<br>капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Котлета рыбная №247  | 70          | 80      |
| Картофельное пюре<br>№339  | 110         | 130     |
| Компот из сухофруктов<br>№376  | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                                    |             |         |
| Макароны отварные с<br>сыром №206                                    | 120         | 160     |
| Печенье  | 50          | 50      |
| Компот из свежих<br>плодов №372                                      | 150         | 200     |
| <i>белки</i>   | 27,6        | 35,6    |
| <i>жиры</i>  | 28,1        | 34,2    |
| <i>углеводы</i>  | 183,3       | 232,4   |
| <i>калорийность</i>  | 1105,3      | 1386,7  |



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 04.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет.      | 3-7 лет       |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Каша жидкая молочная манная №185                               | 150/5         | 200/5         |
| Масло(порциями)№6  | 10            | 10            |
| Чай с молоком №394   | 150           | 200           |
| Хлеб пшеничный   | 40            | 30            |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты свежие (Яблоко) №368            | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b> Борщ с капустой и картофелем №57            | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Макаронные изделия отварные с маслом №205                      | 110/5         | 130/5         |
| Тефтели мясные №287  | 50            | 70            |
| Соус томатный №348   | 20            | 30            |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| Компот из сухофруктов №376                                     | 150           | 180           |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Капуста тушеная №354   | 110           | 150           |
| Вафли  | 50            | 70            |
| Суфле куриное №327   | 60            | 80            |
| Компот из сушеных фруктов(изюм)№376                            | 150           | 200           |
| <i>белки</i>   | <i>52,6</i>   | <i>48,67</i>  |
| <i>жиры</i>  | <i>50,8</i>   | <i>43,9</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>245,7</i>  | <i>203</i>    |
| <i>калорийность</i>  | <i>1670,1</i> | <i>1824,2</i> |

Утверждаю:  
Заведующий МКЛОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 05.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b>Завтрак</b> Капша молочная<br>пшеничная                           | 150/2         | 200/2         |
| Бутерброд с сыром №3   | 30/5/10       | 30/5/10       |
| Чай с сахаром №392   | 150/8         | 190/10        |
| <b>2 завтрак</b> Сок яблочный<br>№399                                | 150           | 150           |
| <b>Обед</b> Суп с рыбными<br>консервами №95                          | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или<br>помидор соленый, капуста<br>квашеная) | 30            | 50            |
| Плов из птицы №304   | 130           | 150           |
| Кисель из повидла, джема,<br>варенья №383                            | 150           | 180           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| <b>Уплотненный полдник</b><br>Лапшевник с творогом №226              | 150           | 200           |
| Соус молочный сладкий<br>№369  | 15            | 30            |
| Какао с молоком №397   | 150           | 200           |
| <i>белки</i>   | <i>58,1</i>   | <i>72,7</i>   |
| <i>жиры</i>  | <i>57,3</i>   | <i>69,6</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>182,6</i>  | <i>230,9</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1490,5</i> | <i>1852,9</i> |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

 Н.Н.Елесина

Дата 08.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Капша вязкая молочная гречневая №185                           | 150           | 200           |
| Хлеб пшеничный   | 30            | 30            |
| Масло сливочное №6   | 5             | 5             |
| Чай с лимоном №393   | 180           | 180           |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Сок яблочный №399                      | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b> Борщ с фасолью и картофелем №69             | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Рыба припущенная №259  | 60            | 80            |
| Картофельное пюре №339   | 110           | 150           |
| Компот из сухофруктов №376                                     | 150           | 180           |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80            | 100           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 30            |
| Икра кабачковая №57  | 40            | 60            |
| Компот из свежих плодов №372                                   | 150           | 200           |
| <i>Белки</i>   | <i>40,9</i>   | <i>51,7</i>   |
| <i>Жиры</i>  | <i>38,8</i>   | <i>46,4</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>247,7</i>  | <i>269,2</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1522,8</i> | <i>1725,8</i> |



Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3  
Н.Н.Елесина

Дата 19.04.2024

|   | Выход в граммах |         |
|---|-----------------|---------|
|   | 1-3 лет         | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                 |         |
| Каша вязкая молочная<br>рисовая №174                                  | 150             | 200     |
| Масло сливочное<br>(порциями) №6                                      | 10              | 10      |
| Хлеб пшеничный  | 20              | 40      |
| Какао с молоком №397  | 180             | 200     |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты<br>свежие (Яблоко) №368)               | 100             | 100     |
| <b><u>Обед</u></b> Суп картофельный с<br>макаронными изделиями<br>№82 | 150             | 200     |
| Овощи по сезону (огурец<br>или помидор соленый,<br>капуста квашеная)  | 30              | 50      |
| Птица, тушенная в соусе<br>№373                                       | 30/30           | 40/40   |
| Каша перловая вязкая<br>№331  | 150             | 200     |
| Кисель из повидла №383  | 150             | 180     |
| Хлеб пшеничный  | 20              | 40      |
| Хлеб ржаной   | 20              | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                                     |                 |         |
| Голубцы ленивые с<br>соусом томатным №315                             | 120/15          | 160/30  |
| Вафли   | 30              | 50      |
| Хлеб ржаной   | 20              | 30      |
| Компот из с/фр(изюм)<br>№376  | 150             | 180     |
| <i>белки</i>  | 38.5            | 56.6    |
| <i>жиры</i>   | 44.3            | 65.1    |
| <i>углеводы</i>   | 219             | 287.35  |
| <i>калорийность</i>   | 1481.06         | 1973.2  |

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3  
Н.Н.Елесина

Дата 10.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3 -7 лет      |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена №175                      | 150           | 200           |
| Хлеб пшеничный   | 30            | 30            |
| Сыр (порциями) №7  | 15            | 15            |
| Кофейный напиток с молоком №395                                | 150           | 200           |
| <b><u>2 завтрак</u></b>  |               |               |
| Сок яблочный №399  | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b>   |               |               |
| Рассольник по-ленинградски №82                                 | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Котлета, рубленая с белокочанной капустой №455                 | 50            | 70            |
| Каша гречневая рассыпчатая № 179                               | 155           | 200           |
| Кисель из повидла №383   | 150           | 180           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Макароны отварные с сыром №206                                 | 120           | 160           |
| Печенье  | 50            | 50            |
| Чай с сахаром №392   | 150           | 190           |
| <i>белки</i>   | <i>37.32</i>  | <i>52.74</i>  |
| <i>жиры</i>  | <i>47.9</i>   | <i>58.74</i>  |
| <i>углеводы</i>  | <i>171.58</i> | <i>239.76</i> |
| <i>калорийность</i>  | <i>1405</i>   | <i>1882</i>   |



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 21.04.2024

|   | Выход в гр. |         |
|---|-------------|---------|
|   | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b>Завтрак</b><br>Суп молочный с макаронными изделиями №93        | 150/2       | 200/2   |
| Бутерброд с маслом №1   | 40/10       | 40/10   |
| Чай с сахаром №392  | 150         | 190     |
| <b>2 завтрак</b> Напиток кисломолочный «Снежок» №420              | 100         | 100     |
| <b>Обед</b> Суп картофельный с крупой (пшено) №80                 | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная)    | 30          | 50      |
| Рагу из птицы №289  | 130         | 150     |
| Компот из с/ф №376  | 150         | 180     |
| Хлеб ржаной   | 20          | 40      |
| Хлеб пшеничный  | 20          | 40      |
| <b>Уплотненный полдник</b><br>Запеканка морковная с творогом №168 | 130         | 180     |
| Соус молочный(сладкий) №369                                       | 15          | 30      |
| Чай с молоком   | 150         | 180     |
| белки   | 44,1        | 60,8    |
| жиры  | 48,9        | 59,6    |
| углеводы  | 195,0       | 183,8   |
| калорийность  | 1440,0      | 1524,3  |

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

*Елесина*  
Н.Н.Елесина

Дата *12.04.2004*

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |             |         |
| Каша пшеничная молочная №182                                   | 150         | 200     |
| Масло сливочное (порциями) №6                                  | 5           | 5       |
| Хлеб пшеничный   | 30          | 30      |
| Компот из с/фр. №376   | 150         | 180     |
| <b><u>2 завтрак</u></b>  | 100         | 100     |
| Сок яблочный №399  |             |         |
| <b><u>Обед</u></b> Борщ с капустой и картофелем №57            | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Плов из птицы №304   | 130         | 150     |
| Чай с сахаром №392   | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |             |         |
| Каша пшеничная вязкая с маслом №182                            | 155         | 205     |
| Тефтели мясные №287  | 70          | 70      |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 30      |
| Чай с лимоном №393   | 180         | 200     |
| <i>белки</i>   | 41.84       | 58.52   |
| <i>жиры</i>  | 54.61       | 66.8    |
| <i>углеводы</i>  | 190.39      | 263.19  |
| <i>калорийность</i>  | 1446.3      | 2075.1  |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 15.04.24

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Каша молочная вязкая геркулесовая. №168                        | 150           | 200           |
| Кофейный напиток с молоком. №395                               | 150           | 200           |
| Масло(порциями) №6   | 10            | 10            |
| Хлеб пшеничный.  | 30            | 30            |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты свежие (Яблоко)№368             | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b>   |               |               |
| Щи из свежей капусты с картофелем. №67                         | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Котлета рубленая из птицы №305                                 | 50            | 70            |
| Каша гречневая рассыпчатая №165                                | 110           | 150           |
| Соус томатный №348   | 30            | 30            |
| Чай с лимоном №393   | 150           | 180           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80            | 100           |
| Булочка ванильная №450   | 50            | 50            |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 30            |
| Чай с сахаром №392   | 150           | 190           |
| <i>белки</i>   | <i>41,83</i>  | <i>54,0</i>   |
| <i>жиры</i>  | <i>45,06</i>  | <i>54,6</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>192,05</i> | <i>247,2</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1364,4</i> | <i>1720,7</i> |



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 16.04.24

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93                       | 150           | 200           |
| Бутерброд с сыром №3   | 45            | 45            |
| Чай с сахаром №392   | 150           | 190           |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Сок яблочный                           | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b>   |               |               |
| Суп картофельный с бобовыми №87                                | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Рагу из птицы №289   | 130           | 150           |
| Кисель из повидла №383   | 150           | 180           |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Запеканка морковная с творогом №168                            | 100           | 150           |
| Соус молочный сладкий №369                                     | 15            | 30            |
| Чай с сахаром №392   | 150           | 200           |
| <i>белки</i>   | <i>46,1</i>   | <i>50,0</i>   |
| <i>жиры</i>  | <i>47,4</i>   | <i>47,9</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>140,9</i>  | <i>221,7</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1178,0</i> | <i>1494,2</i> |

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 17.04.2024

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b> Каша вязкая<br>молочная рисовая №174           | 150         | 200     |
| Масло(порциями) №6   | 10          | 10      |
| Хлеб пшеничный   | 30          | 30      |
| Чай с лимоном №393   | 180         | 180     |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Сок<br>яблочный №399                         | 100         | 100     |
| <b><u>Обед</u></b> Суп картофельный<br>с клецками №91                | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец<br>или помидор соленый,<br>капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Котлета рыбная №247  | 70          | 80      |
| Картофельное пюре<br>№339  | 110         | 130     |
| Компот из сухофруктов<br>№376  | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                                    |             |         |
| Макароны отварные с<br>сыром №206                                    | 120         | 160     |
| Печенье  | 50          | 50      |
| Компот из свежих<br>плодов №372                                      | 150         | 200     |
| белки  | 27,6        | 35,6    |
| жиры   | 28,1        | 34,2    |
| углеводы   | 183,3       | 232,4   |
| калорийность   | 1105,3      | 1386,7  |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 18.04.2024

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет.    | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |             |         |
| Каша жидкая молочная манная №185                               | 150/5       | 200/5   |
| Масло(порциями)№6  | 10          | 10      |
| Чай с молоком №394   | 150         | 200     |
| Хлеб пшеничный   | 40          | 30      |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты свежие (Яблоко) №368            | 100         | 100     |
| <b><u>Обед</u></b> Борщ с капустой и картофелем №57            | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Макаронные изделия отварные с маслом №205                      | 110/5       | 130/5   |
| Тефтели мясные №287  | 50          | 70      |
| Соус томатный №348   | 20          | 30      |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| Компот из сухофруктов №376                                     | 150         | 180     |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |             |         |
| Капуста тушеная №354   | 110         | 150     |
| Вафли  | 50          | 70      |
| Суфле куриное №327   | 60          | 80      |
| Компот из сушеных фруктов(изюм)№376                            | 150         | 200     |
| белки  | 52,6        | 48,67   |
| жиры   | 50,8        | 43,9    |
| углеводы   | 245,7       | 203     |
| калорийность   | 1670,1      | 1824,2  |



Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 12.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b>Завтрак</b> Капша молочная<br>пшеничная                           | 150/2         | 200/2         |
| Бутерброд с сыром №3   | 30/5/10       | 30/5/10       |
| Чай с сахаром №392   | 150/8         | 190/10        |
| <b>2 завтрак</b> Сок яблочный<br>№399                                | 150           | 150           |
| <b>Обед</b> Суп с рыбными<br>консервами №95                          | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или<br>помидор соленый, капуста<br>квашеная) | 30            | 50            |
| Плов из птицы №304   | 130           | 150           |
| Кисель из повидла, джема,<br>варенья №383                            | 150           | 180           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| <b>Уплотненный полдник</b><br>Лапшевник с творогом №226              | 150           | 200           |
| Соус молочный сладкий<br>№369  | 15            | 30            |
| Какао с молоком №397   | 150           | 200           |
| <i>белки</i>   | <i>58,1</i>   | <i>72,7</i>   |
| <i>жиры</i>  | <i>57,3</i>   | <i>69,6</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>182,6</i>  | <i>230,9</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1490,5</i> | <i>1852,9</i> |

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

 Н.Н.Елесина

Дата 28.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3-7 лет       |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Каша вязкая молочная гречневая №185                            | 150           | 200           |
| Хлеб пшеничный   | 30            | 30            |
| Масло сливочное №6   | 5             | 5             |
| Чай с лимоном №393   | 180           | 180           |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Сок яблочный №399                      | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b> Борщ с фасолью и картофелем №69             | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Рыба припущенная №259  | 60            | 80            |
| Картофельное пюре №339   | 110           | 150           |
| Компот из сухофруктов №376                                     | 150           | 180           |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80            | 100           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 30            |
| Икра кабачковая №57  | 40            | 60            |
| Компот из свежих плодов №372                                   | 150           | 200           |
| <i>Белки</i>   | <i>40,9</i>   | <i>51,7</i>   |
| <i>Жиры</i>  | <i>38,8</i>   | <i>46,4</i>   |
| <i>углеводы</i>  | <i>247,7</i>  | <i>269,2</i>  |
| <i>калорийность</i>  | <i>1522,8</i> | <i>1725,8</i> |

Подтверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3  
Н.Н.Елесина

Дата 23.04.2024

|   | Выход в граммах |         |
|---|-----------------|---------|
|   | 1-3 лет         | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>   |                 |         |
| Каша вязкая молочная<br>рисовая №174                                  | 150             | 200     |
| Масло сливочное<br>(порциями) №6                                      | 10              | 10      |
| Хлеб пшеничный  | 20              | 40      |
| Какао с молоком №397  | 180             | 200     |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты<br>свежие (Яблоко) №368)               | 100             | 100     |
| <b><u>Обед</u></b> Суп картофельный с<br>макаронными изделиями<br>№82 | 150             | 200     |
| Овощи по сезону (огурец<br>или помидор соленый,<br>капуста квашеная)  | 30              | 50      |
| Птица, тушеная в соусе<br>№373  | 30/30           | 40/40   |
| Каша перловая вязкая<br>№331  | 150             | 200     |
| Кисель из повидла №383  | 150             | 180     |
| Хлеб пшеничный  | 20              | 40      |
| Хлеб ржаной   | 20              | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                                     |                 |         |
| Голубцы ленивые с<br>соусом томатным №315                             | 120/15          | 160/30  |
| Вафли   | 30              | 50      |
| Хлеб ржаной   | 20              | 30      |
| Компот из с/фр(изюм)<br>№376  | 150             | 180     |
| <i>белки</i>  | 38.5            | 56.6    |
| <i>жиры</i>   | 44.3            | 65.1    |
| <i>углеводы</i>   | 219             | 287.35  |
| <i>калорийность</i>   | 1481.06         | 1973.2  |



тверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3  
Н.Н.Елесина

Дата 24.04.2024

|  | Выход в гр.   |               |
|--|---------------|---------------|
|  | 1-3 лет       | 3 -7 лет      |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |               |               |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена №175                      | 150           | 200           |
| Хлеб пшеничный   | 30            | 30            |
| Сыр (порциями) №7  | 15            | 15            |
| Кофейный напиток с молоком №395                                | 150           | 200           |
| <b><u>2 завтрак</u></b>  |               |               |
| Сок яблочный №399  | 100           | 100           |
| <b><u>Обед</u></b>   |               |               |
| Рассольник по-ленинградски №82                                 | 150           | 200           |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30            | 50            |
| Котлета, рубленая с белокочанной капустой №455                 | 50            | 70            |
| Каша гречневая рассыпчатая № 179                               | 155           | 200           |
| Кисель из повидла №383   | 150           | 180           |
| Хлеб пшеничный   | 20            | 40            |
| Хлеб ржаной  | 20            | 40            |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |               |               |
| Макароны отварные с сыром №206                                 | 120           | 160           |
| Печенье  | 50            | 50            |
| Чай с сахаром №392   | 150           | 190           |
| <i>белки</i>   | <i>37.32</i>  | <i>52.74</i>  |
| <i>жиры</i>  | <i>47.9</i>   | <i>58.74</i>  |
| <i>углеводы</i>  | <i>171.58</i> | <i>239.76</i> |
| <i>калорийность</i>  | <i>1405</i>   | <i>1882</i>   |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 25.04.2024

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |             |         |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93                       | 150/2       | 200/2   |
| Бутерброд с маслом №1  | 40/10       | 40/10   |
| Чай с сахаром №392   | 150         | 190     |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Напиток кисломолочный «Снежок» №420    | 100         | 100     |
| <b><u>Обед</u></b> Суп картофельный с крупой (пшено) №80       | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Рагу из птицы №289   | 130         | 150     |
| Компот из с/ф №376   | 150         | 180     |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |             |         |
| Запеканка морковная с творогом №168                            | 130         | 180     |
| Соус молочный(сладкий) №369                                    | 15          | 30      |
| Чай с молоком  | 150         | 180     |
| <i>белки</i>   | 44,1        | 60,8    |
| <i>жиры</i>  | 48,9        | 59,6    |
| <i>углеводы</i>  | 195,0       | 183,8   |
| <i>калорийность</i>  | 1440,0      | 1524,3  |

Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки  
Н.Н.Елесина

Дата 26.04.2014

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |             |         |
| Каша пшенная молочная №182                                     | 150         | 200     |
| Масло сливочное (порциями) №6                                  | 5           | 5       |
| Хлеб пшеничный   | 30          | 30      |
| Компот из с/фр. №376   | 150         | 180     |
| <b><u>2 завтрак</u></b>  | 100         | 100     |
| <b><u>Сок яблочный №399</u></b>                                |             |         |
| <b><u>Обед</u></b> Борщ с капустой и картофелем №57            | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Плов из птицы №304   | 130         | 150     |
| Чай с сахаром №392   | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |             |         |
| Каша пшеничная вязкая с маслом №182                            | 155         | 205     |
| Тефтели мясные №287  | 70          | 70      |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 30      |
| Чай с лимоном №393   | 180         | 200     |
| <i>белки</i>   | 41.84       | 58.52   |
| <i>жиры</i>  | 54.61       | 66.8    |
| <i>углеводы</i>  | 190.39      | 263.19  |
| <i>калорийность</i>  | 1446.3      | 2075.1  |



Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 27.04.24

|  | Выход в гр. |         |
|--|-------------|---------|
|  | 1-3 лет     | 3-7 лет |
| <b><u>Завтрак</u></b>  |             |         |
| Каша молочная вязкая геркулесовая, №168                        | 150         | 200     |
| Кофейный напиток с молоком. №395                               | 150         | 200     |
| Масло(порциями) №6   | 10          | 10      |
| Хлеб пшеничный.  | 30          | 30      |
| <b><u>2 завтрак</u></b> Фрукты свежие (Яблоко)№368             | 100         | 100     |
| <b><u>Обед</u></b>   |             |         |
| Щи из свежей капусты с картофелем. №67                         | 150         | 200     |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30          | 50      |
| Котлета рубленая из птицы №305                                 | 50          | 70      |
| Каша гречневая рассыпчатая №165                                | 110         | 150     |
| Соус томатный №348   | 30          | 30      |
| Чай с лимоном №393   | 150         | 180     |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 40      |
| Хлеб ржаной  | 20          | 40      |
| <b><u>Уплотненный полдник</u></b>                              |             |         |
| Омлет на натуральном молоке №216                               | 80          | 100     |
| Булочка ванильная №450   | 50          | 50      |
| Хлеб пшеничный   | 20          | 30      |
| Чай с сахаром №392   | 150         | 190     |
| <i>белки</i>   | 41,83       | 54,0    |
| <i>жиры</i>  | 45,06       | 54,6    |
| <i>углеводы</i>  | 192,05      | 247,2   |
| <i>калорийность</i>  | 1364,4      | 1720,7  |