

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

Елесина
Н.Н.Елесина

Дата *08.06.2024*

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная гречневая №185 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Масло сливочное №6 | 5 | 5 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 04.06.2024

| | Выход в граммах | |
|---|-----------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Какао с молоком №397 | 180 | 200 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко) №368) | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Суп картофельный с макаронными изделиями №82 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Птица, тушенная в соусе №373 | 30/30 | 40/40 |
| Каша перловая вязкая №331 | 150 | 200 |
| Кисель из повидла №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Голубцы ленивые с соусом томатным №315 | 120/15 | 160/30 |
| Вафли | 30 | 50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 30 |
| Компот из с/фр(изюм) №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 05.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|----------|
| | 1-3 лет | 3 -7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| 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 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Макароны отварные с сыром №206 | 120 | 160 |
| Печенье | 50 | 50 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| белки | 37.32 | 52.74 |
| жиры | 47.9 | 58.74 |
| углеводы | 171.58 | 239.76 |
| калорийность | 1405 | 1882 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 06.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150/2 | 200/2 |
| Бутерброд с маслом №1 | 40/10 | 40/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <u>2 завтрак</u> Напиток кисломолочный «Снежок» №420 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> 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 04.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша пшеничная молочная №182 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 5 | 5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Компот из с/фр. №376 | 150 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> | 100 | 100 |
| Сок яблочный №399 | | |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 10.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша молочная вязкая геркулесовая. №168 | 150 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком. №395 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко)№368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 14.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150 | 200 |
| Бутерброд с сыром №3 | 45 | 45 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 18.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет. | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Капша жидкая молочная манная №185 | 150/5 | 200/5 |
| Масло(порциями)№6 | 10 | 10 |
| Чай с молоком №394 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко) №368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Капуста тушеная №354 | 110 | 150 |
| Вафли | 50 | 70 |
| Суфле куриное №327 | 60 | 80 |
| Компот из сушеных фруктов(изюм)№376 | 150 | 200 |
| <i>белки</i> | 52,6 | 48,67 |
| <i>жиры</i> | 50,8 | 43,9 |
| <i>углеводы</i> | 245,7 | 203 |
| <i>калорийность</i> | 1670,1 | 1824,2 |

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

Н.Н.Елесина

Дата 14.06.2024

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

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

 Н.Н.Елесина

Дата 17.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная гречневая №185 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Масло сливочное №6 | 5 | 5 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 18.06.2024

| | Выход в граммах | |
|---|-----------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша вязкая молочная рисовая №174 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Какао с молоком №397 | 180 | 200 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко) №368) | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Суп картофельный с макаронными изделиями №82 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Птица, тушенная в соусе №373 | 30/30 | 40/40 |
| Каша перловая вязкая №331 | 150 | 200 |
| Кисель из повидла №383 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Голубцы ленивые с соусом томатным №315 | 120/15 | 160/30 |
| Вафли | 30 | 50 |
| Хлеб ржаной | 20 | 30 |
| Компот из с/фр(изюм) №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 19.08.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|----------|
| | 1-3 лет | 3 -7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| 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 |
| <u>2 завтрак</u> | | |
| Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Макароны отварные с сыром №206 | 120 | 160 |
| Печенье | 50 | 50 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <i>белки</i> | 37.32 | 52.74 |
| <i>жиры</i> | 47.9 | 58.74 |
| <i>углеводы</i> | 171.58 | 239.76 |
| <i>калорийность</i> | 1405 | 1882 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 20.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150/2 | 200/2 |
| Бутерброд с маслом №1 | 40/10 | 40/10 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <u>2 завтрак</u> Напиток кисломолочный «Снежок» №420 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 21.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша пшеничная молочная №182 | 150 | 200 |
| Масло сливочное (порциями) №6 | 5 | 5 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Компот из с/фр. №376 | 150 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> | 100 | 100 |
| Сок яблочный №399 | | |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 24.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша молочная вязкая геркулесовая, №168 | 150 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком, №395 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко)№368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 |

Утверждаю:

Заведующий МКДОУ д/с №3 г.Дубовки

Н.Н.Елесина

Дата 25.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|---------------|---------------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями №93 | 150 | 200 |
| Бутерброд с сыром №3 | 45 | 45 |
| Чай с сахаром №392 | 150 | 190 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> | | |
| 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| 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 26.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> Каша вязкая молочная рисовая №174 | 150 | 200 |
| Масло(порциями) №6 | 10 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Чай с лимоном №393 | 180 | 180 |
| <u>2 завтрак</u> Сок яблочный №399 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> Суп картофельный с клецками №91 | 150 | 200 |
| Овощи по сезону (огурец или помидор соленый, капуста квашеная) | 30 | 50 |
| Котлета рыбная №247 | 70 | 80 |
| Картофельное пюре №339 | 110 | 130 |
| Компот из сухофруктов №376 | 150 | 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 40 |
| Хлеб ржаной | 20 | 40 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Макароны отварные с сыром №206 | 120 | 160 |
| Печенье | 50 | 50 |
| Компот из свежих 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 27.06.2024

| | Выход в гр. | |
|--|-------------|---------|
| | 1-3 лет. | 3-7 лет |
| <u>Завтрак</u> | | |
| Каша жидкая молочная манная №185 | 150/5 | 200/5 |
| Масло(порциями)№6 | 10 | 10 |
| Чай с молоком №394 | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 30 |
| <u>2 завтрак</u> Фрукты свежие (Яблоко) №368 | 100 | 100 |
| <u>Обед</u> 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 |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| Капуста тушеная №354 | 110 | 150 |
| Вафли | 50 | 70 |
| Суфле куриное №327 | 60 | 80 |
| Компот из сушеных фруктов(изюм)№376 | 150 | 200 |
| <i>белки</i> | 52,6 | 48,67 |
| <i>жиры</i> | 50,8 | 43,9 |
| <i>углеводы</i> | 245,7 | 203 |
| <i>калорийность</i> | 1670,1 | 1824,2 |

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

Н.Н.Елесина

Дата 28.06.2024

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