

МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

02.11.2024г.

| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
|----------------------------------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | | | | | | | |
| ВОЗРАСТ от 3 до 7 лет | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| День: Понедельник-завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| 185* | Каша жидкая молочная из рисовой крупы | 140 | 5.54 | 6.06 | 23.28 | 166.08 | 190 | 7.52 | 8.23 | 31.60 | 225.40 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 385 | 10.07 | 14.61 | 62.16 | 405.53 | 435 | 12.05 | 16.78 | 70.48 | 464.85 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 46 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур | 150 | 1.55 | 1.74 | 11.54 | 67.55 | 180 | 1.83 | 2.08 | 13.68 | 81.24 |
| ТТК 40 | Птица, тушеная в соусе с овощами | 150 | 8.23 | 10.06 | 17.80 | 195.03 | 200 | 10.97 | 13.41 | 23.73 | 260.04 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 |
| Итого за обед: | | 500 | 15.96 | 14.55 | 65.64 | 468.48 | 620 | 20.11 | 18.77 | 80.19 | 594.13 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 53 | Пирожок печеный с повидлом | 70 | 4.69 | 3.71 | 44.17 | 224.20 | 70 | 4.69 | 3.71 | 44.17 | 224.20 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 200 | 0.18 | 0.00 | 10.24 | 41.57 |
| Итого за полдник: | | 250 | 4.85 | 3.71 | 53.39 | 261.61 | 270 | 4.87 | 3.71 | 54.41 | 265.77 |
| Всего за день: | | 1235 | 30.88 | 32.87 | 192.39 | 1180.62 | 1425 | 37.03 | 39.26 | 216.28 | 1369.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



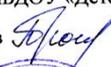
МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

05.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность | Масса порции | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | Энергетическая ценность |
|--------------------------------|--|--------------|-----------------------|-------|--------|---------|-------------------------|--------------|----------------------|--------|---------|-------------------------|
| | | | Пищевые вещества (г) | | | | | | Пищевые вещества (г) | | | |
| | | | Б | Ж | У | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя вторая | | | | | | | | | | | | |
| День: Вторник - завтрак | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 54 | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 150 | 6.44 | 7.71 | 27.15 | 203.30 | 200 | 8.59 | 10.28 | 36.20 | 271.07 | |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| Тк 15 | Какао с молоком и витаминами "Витошка" | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 | |
| Итого за завтрак: | | 360 | 12.44 | 11.07 | 66.59 | 403.94 | 410 | 14.59 | 13.64 | 75.64 | 471.71 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 45* | Винегрет овощной | | | | | | 50 | 0.70 | 5.02 | 3.65 | 62.55 | |
| ТТК 61 | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 4.25 | 2.81 | 12.17 | 74.78 | 180 | 5.10 | 3.38 | 14.60 | 89.74 | |
| 52** | Макаронные отварные с маслом | 110 | 4.84 | 4.23 | 30.91 | 167.23 | 130 | 5.72 | 4.99 | 36.53 | 197.63 | |
| ТТК14 | Котлетки "Аппетитки" | 50 | 6.54 | 11.56 | 8.52 | 142.80 | 50 | 6.54 | 11.56 | 8.52 | 142.80 | |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | |
| Итого за обед: | | 520 | 18.28 | 19.17 | 77.62 | 492.36 | 620 | 20.71 | 25.52 | 89.32 | 600.27 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 73 | Оладьи с повидлом | 50 | 2.62 | 2.85 | 17.38 | 94.31 | 75 | 3.93 | 4.28 | 26.07 | 141.47 | |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 | |
| Итого за полдник: | | 200 | 5.01 | 4.73 | 28.28 | 164.07 | 255 | 6.80 | 6.54 | 39.15 | 225.18 | |
| Всего за день: | | 1180 | 35.73 | 34.97 | 183.69 | 1105.37 | 1385 | 42.10 | 45.70 | 215.31 | 1342.16 | |
| летние салаты | | | | | | | | | | | | |
| 16* | Салат летний | | | | | | 50 | 0.61 | 2.6 | 3.22 | 38.75 | |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохоткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

06.11.2024г.

Неделя вторая 2023 г. сезон: весна-лето

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| День: Среда - завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 56 | Каша манная с маслом | 140 | 3.90 | 5.13 | 16.02 | 126.85 | 200 | 5.57 | 7.33 | 22.89 | 181.21 |
| пром | Хлеб пшеничный | | | | | | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 355 | 5.94 | 13.11 | 38.10 | 296.16 | 445 | 10.10 | 15.88 | 61.77 | 420.66 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 25* | Салат из картофеля с зеленым горошком | | | | | | 50 | 0.98 | 2.62 | 4.89 | 47.10 |
| ТТК 48 | Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне | 150 | 1.05 | 3.22 | 6.25 | 58.08 | 180 | 1.24 | 3.88 | 7.46 | 69.67 |
| ТТК 50 | Кулеш с мясом (из гречневой крупы) | 170 | 10.64 | 9.08 | 21.93 | 214.13 | 190 | 11.85 | 9.80 | 24.52 | 235.31 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| 376* | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 |
| Итого за обед: | | 550 | 15.91 | 13.17 | 77.90 | 506.21 | 660 | 18.94 | 17.32 | 90.89 | 619.08 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| пром | Печенье "Нарезное" | 35 | 3.42 | 3.95 | 23.87 | 163.90 | 50 | 4.88 | 5.64 | 34.10 | 234.10 |
| 400* | Молоко кипяченое | 180 | 5.48 | 4.88 | 9.07 | 102.00 | 200 | 6.09 | 5.42 | 10.08 | 113.33 |
| Итого за полдник: | | 215 | 8.90 | 8.83 | 32.94 | 265.90 | 250 | 10.97 | 11.06 | 44.18 | 347.43 |
| Всего за день: | | 1220 | 30.75 | 35.11 | 160.14 | 1113.27 | 1455 | 40.01 | 44.26 | 208.04 | 1432.17 |
| летние салаты | | | | | | | | | | | |
| 17* | Салат из свежих овощей с яблоками | | | | | | 50 | 0.44 | 2.6 | 2.64 | 35.65 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

07.11.2024г.

| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
|-----------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | | | | | | | |
| ВОЗРАСТ от 3 до 7 лет | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| | День: Четверг - Завтрак | грамм | | | | | грамм | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| 113** | Каша молочная кукурузная жидкая | 150 | 6.40 | 6.04 | 30.61 | 145.38 | 190 | 8.10 | 7.65 | 38.77 | 184.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| | Итого за завтрак: | 365 | 8.44 | 14.02 | 52.69 | 314.69 | 405 | 10.14 | 15.63 | 60.85 | 353.45 |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| | Обед | | | | | | | | | | |
| ТТК 45 | Суп рыбный из консервов | 150 | 5.48 | 5.61 | 13.11 | 244.41 | 180 | 6.58 | 6.73 | 15.73 | 245.29 |
| 321* | Пюре картофельное | 150 | 3.09 | 5.06 | 16.67 | 145.80 | 150 | 3.09 | 5.06 | 16.67 | 145.80 |
| 247** | Соус томатный с маслом сливочным | | | | | | 30 | 0.37 | 0.90 | 2.93 | 21.37 |
| ТТК15 | Ежики мясные | 60 | 7.98 | 5.04 | 4.74 | 96.60 | 60 | 7.98 | 5.04 | 4.74 | 96.60 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| Тк 4 | Кисель с витаминами "Витошка" | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 |
| | Итого за обед: | 590 | 20.34 | 16.58 | 81.52 | 708.45 | 660 | 22.46 | 18.75 | 91.37 | 763.70 |
| | Полдник | | | | | | | | | | |
| пром | Печенье сахарное | 30 | 2.14 | 3.66 | 11.58 | 135.30 | 50 | 3.57 | 6.10 | 19.30 | 225.50 |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 |
| | Итого за полдник: | 180 | 4.53 | 5.54 | 22.48 | 205.06 | 230 | 6.44 | 8.36 | 32.38 | 309.21 |
| | Всего за день: | 1235 | 33.31 | 36.14 | 167.89 | 1273.20 | 1395 | 39.04 | 42.74 | 195.80 | 1471.36 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

08.11.2024г.

| | | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | | |
|--------------------------------------|--|-----------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции грамм | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции грамм | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
| День: Пятница - завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК51 | Суп молочный с вермишелью | 150 | 4.30 | 3.91 | 14.13 | 108.90 | 200 | 5.74 | 5.21 | 18.84 | 145.20 |
| 395* | Кофейный напиток с молоком | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11.22 | 15.89 | 45.30 | 372.49 | 415 | 12.66 | 17.19 | 50.01 | 408.79 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 43 | Щи со сметаной | 150 | 1.32 | 3.53 | 6.60 | 64.33 | 200 | 1.75 | 4.70 | 8.81 | 85.77 |
| ТТК 58 | Плов из отварной птицы | 100 | 7.92 | 9.60 | 19.21 | 191.00 | 180 | 14.26 | 17.28 | 34.58 | 343.80 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 | 50 | 3.25 | 0.75 | 21.50 | 165.00 |
| 376* | Компот из сухеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 |
| Итого за обед: | | 460 | 11.62 | 13.58 | 63.03 | 452.19 | 610 | 19.69 | 22.73 | 89.21 | 692.43 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| пром | Кондитерское изделие (пряники) | 35 | 1.40 | 2.10 | 21.00 | 108.50 | 35 | 1.40 | 2.10 | 21.00 | 108.50 |
| пром | Батон "Домашний" нарезной | | | | | | 15 | 1.43 | 0.56 | 10.23 | 51.60 |
| пром | Кисломолочный продукт - РЯЖЕНКА (варенец) | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.56 | 92.00 | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.56 | 92.00 |
| Итого за полдник: | | 215 | 6.62 | 6.60 | 28.56 | 200.50 | 230 | 8.05 | 7.16 | 38.79 | 252.10 |
| Всего за день: | | 1140 | 29.46 | 36.07 | 148.09 | 1070.18 | 1355 | 40.40 | 47.08 | 189.21 | 1398.32 |
| СРЕДНИЕ показатели за неделю: | | 1202 | 32.03 | 35.03 | 170.44 | 1148.53 | 1403 | 39.72 | 43.81 | 204.93 | 1402.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
 пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

11.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| | | | | | | | | | | | |
| День-1: Понедельник-завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 20 | Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" | 140 | 4.10 | 5.13 | 21.21 | 148.37 | 200 | 5.86 | 7.33 | 30.30 | 211.96 |
| пром | Хлеб пшеничный | | | | | | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 355 | 6.14 | 13.11 | 43.29 | 317.68 | 445 | 10.39 | 15.88 | 69.18 | 451.41 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 45* | Винегрет овощной | | | | | | 50 | 0.70 | 5.02 | 3.65 | 62.55 |
| ТТК38 | Щи по-уральски (с крупой) | 150 | 0.91 | 2.20 | 6.61 | 50.14 | 180 | 1.12 | 2.25 | 8.18 | 57.85 |
| 52** | Макароны отварные с маслом | 130 | 5.72 | 4.99 | 32.53 | 197.63 | 150 | 6.60 | 5.76 | 37.53 | 228.03 |
| ТТК13 | Кнели из мяса цыпленка с рисом | 60 | 10.15 | 9.79 | 7.84 | 133.70 | 60 | 10.15 | 9.79 | 7.84 | 133.70 |
| пром | Хлеб пшеничный | 20 | 1.66 | 0.38 | 11.20 | 46.76 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| 372* | Компот из свежих яблок | 180 | 0.14 | 0.14 | 25.09 | 103.14 | 180 | 0.14 | 0.14 | 25.09 | 103.14 |
| Итого за обед: | | 560 | 19.88 | 17.80 | 91.87 | 597.37 | 680 | 23.15 | 23.98 | 111.99 | 754.41 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| 45 | Пирожок печеный с капустой (или картофелем) | 70 | 4.69 | 5.10 | 42.80 | 224.20 | 70 | 4.69 | 5.10 | 42.80 | 224.20 |
| Итого за полдник: | | 250 | 4.85 | 5.10 | 52.02 | 261.61 | 250 | 4.85 | 5.10 | 52.02 | 261.61 |
| Всего за день: | | 1265 | 30.87 | 36.01 | 198.38 | 1221.66 | 1475 | 38.39 | 44.96 | 244.39 | 1512.43 |
| 16* | Салат летний | | | | | | 50 | 0.61 | 2.6 | 3.22 | 38.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов *Прохуткина Т.А.* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

12.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность (ккал) | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
|--------------------------------|---|--------------|-----------------------|-------|--------|---------|--------------------------------|----------------------|-------|--------|---------|
| | | | Пищевые вещества (г) | | | | | Пищевые вещества (г) | | | |
| | | | Б | Ж | У | Э | | Б | Ж | У | Э |
| День: Вторник - Завтрак | | грамм | | | | | грамм | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 51 | Суп молочный с вермишелью | 150 | 4.30 | 3.91 | 14.13 | 108.90 | 200 | 5.74 | 5.21 | 18.84 | 145.20 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| 395* | Кофейный напиток с молоком | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11.22 | 15.89 | 45.30 | 372.49 | 445 | 15.15 | 17.76 | 66.81 | 478.93 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 61 | Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне | 150 | 4.10 | 6.31 | 11.81 | 71.18 | 200 | 5.47 | 8.41 | 15.74 | 94.90 |
| ТТК 41 | Мясо отварное, тушеное с картофелем домашнему | 150 | 8.97 | 8.52 | 14.33 | 165.69 | 200 | 11.96 | 11.36 | 19.11 | 220.92 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| Тк 4 | Кисель с витаминами "Витошка" | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 |
| Итого за обед: | | 530 | 16.86 | 15.70 | 73.14 | 458.51 | 640 | 21.87 | 20.79 | 86.15 | 570.46 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 451* | Оладьи с яблоками | 60 | 4.22 | 3.98 | 26.30 | 158.00 | 85 | 5.84 | 7.51 | 36.42 | 218.80 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за полдник: | | 240 | 4.38 | 3.98 | 35.52 | 195.41 | 265 | 6.00 | 7.51 | 45.64 | 256.21 |
| Всего за день: | | 1235 | 32.46 | 35.57 | 165.16 | 1071.41 | 1450 | 43.02 | 46.06 | 209.80 | 1350.60 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

13.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
|------------------------------|---|--------------|-----------------------|-------|--------|---------|-------------------------|----------------------|-------|--------|---------|
| | | | Б | Ж | У | г | | Б | Ж | У | г |
| День: Среда - Завтрак | | грамм | | | | | грамм | | | | |
| 15*** | Сыр твердых сортов (порциями) | 15 | 3.92 | 4.56 | 0.00 | 56.64 | 15 | 3.92 | 4.56 | 0.00 | 56.64 |
| ТТК 56 | Каша манная с маслом | 140 | 3.90 | 5.13 | 16.02 | 126.85 | 200 | 5.57 | 7.33 | 22.89 | 181.21 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 10.47 | 10.26 | 42.04 | 291.04 | 425 | 12.14 | 12.46 | 48.91 | 345.40 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 32* | Салат из свеклы с изюмом | 30 | 0.47 | 1.84 | 4.06 | 34.62 | 50 | 0.78 | 3.06 | 6.77 | 57.70 |
| ТТК 46 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур | 180 | 1.83 | 2.08 | 14.25 | 83.51 | 180 | 1.83 | 2.08 | 14.25 | 83.51 |
| ТТК 58 | Плов из отварной птицы | 100 | 7.92 | 9.60 | 19.21 | 191.00 | 180 | 14.26 | 17.28 | 34.58 | 343.80 |
| пром | Хлеб пшеничный | 20 | 1.66 | 0.38 | 11.20 | 46.76 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| 376* | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 |
| Итого за обед: | | 510 | 12.31 | 13.90 | 73.04 | 453.75 | 620 | 19.79 | 22.99 | 96.72 | 653.01 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 16 | Сдобная мелочь | 50 | 5.05 | 4.75 | 33.80 | 171.50 | 50 | 5.05 | 4.75 | 33.80 | 171.50 |
| 400* | Молоко кипяченое | 180 | 5.48 | 4.88 | 9.07 | 102.00 | 200 | 6.09 | 5.42 | 10.08 | 113.33 |
| Итого за полдник: | | 230 | 10.53 | 9.63 | 42.87 | 273.50 | 250 | 11.14 | 10.17 | 43.88 | 284.83 |
| Всего за день: | | 1205 | 33.31 | 33.79 | 169.15 | 1063.29 | 1395 | 43.07 | 45.62 | 200.71 | 1328.24 |
| летние салаты | | | | | | | | | | | |
| 17* | Салат из свежих овощей с яблоками | 30 | 0.26 | 1.56 | 1.58 | 21.39 | 50 | 0.44 | 2.6 | 2.64 | 35.65 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
 пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

14.11.2024г.

| Неделя первая | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | | | | | | | |
| ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| День: Четверг - Завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 54 | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 150 | 6.44 | 7.71 | 27.15 | 203.30 | 200 | 8.59 | 10.28 | 36.20 | 271.07 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| Тк 15 | Какао с молоком и витаминами "Витошка" | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 |
| Итого за завтрак: | | 395 | 14.32 | 19.05 | 66.59 | 403.94 | 445 | 16.47 | 21.62 | 75.64 | 471.71 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 47 | Свекольник со сметаной | 150 | 1.50 | 4.34 | 9.50 | 83.11 | 180 | 1.76 | 5.52 | 11.26 | 101.75 |
| 321* | Пюре картофельное | 110 | 2.27 | 4.39 | 14.44 | 106.92 | 150 | 3.09 | 5.06 | 16.67 | 145.80 |
| 247** | Соус томатный с маслом сливочным | | | | | | 30 | 0.37 | 0.90 | 2.93 | 21.37 |
| ТТК 49 | "Рыбник" из минтая | 50 | 8.75 | 6.50 | 4.55 | 110.97 | 50 | 8.75 | 6.50 | 4.55 | 110.97 |
| пром | Хлеб пшеничный | 20 | 1.66 | 0.38 | 11.20 | 46.76 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за обед: | | 530 | 15.64 | 15.91 | 57.51 | 451.17 | 650 | 18.57 | 19.00 | 74.33 | 586.44 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 12 | Булочка ванильная | 50 | 4.60 | 2.80 | 33.10 | 176.00 | 50 | 4.60 | 2.80 | 33.10 | 176.00 |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 |
| Итого за полдник: | | 200 | 6.99 | 4.68 | 44.00 | 245.76 | 230 | 7.47 | 5.06 | 46.18 | 259.71 |
| Всего за день: | | 1225 | 36.95 | 39.64 | 179.30 | 1145.87 | 1425 | 42.51 | 45.68 | 207.35 | 1362.86 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
 пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

15.11.2024г.

| Неделя первая 2023 г. март 2023 г. сезон: весна-лето | | | | | | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|--------------|-----------------------|--------------|---------------|----------------|--------------------------------|--------------|----------------------|---------------|--------------------------------|--|
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
| | | | Б | Ж | У | Б | | | Ж | У | Энергетическая ценность (ккал) | |
| День: Пятница - Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | |
| 114** | Каша пшенная молочная жидкая | 140 | 5.42 | 7.99 | 18.10 | 157.50 | 200 | 7.75 | 11.42 | 25.86 | 225.00 | |
| пром | Хлеб пшеничный | | | | | | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | |
| Итого за завтрак: | | 355 | 7.46 | 15.97 | 40.18 | 326.81 | 445 | 12.28 | 19.97 | 64.74 | 464.45 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 25* | Салат из картофеля с зеленым горошком | | | | | | 50 | 0.98 | 2.62 | 4.89 | 47.10 | |
| ТТК 48 | Борщ со свежей капустой со сметаной | 150 | 1.05 | 3.22 | 6.25 | 58.08 | 180 | 1.24 | 3.88 | 7.46 | 69.67 | |
| ТТК 60 | Каша гречневая вязкая с маслом | 110 | 6.00 | 6.22 | 24.63 | 157.76 | 130 | 7.09 | 7.35 | 29.11 | 186.44 | |
| ТТК 16 | Тефтели "Лукоморье" в соусе томатном | 60 | 5.84 | 5.92 | 4.31 | 83.44 | 90 | 6.21 | 6.82 | 7.24 | 104.81 | |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 | 50 | 3.25 | 0.75 | 21.50 | 165.00 | |
| 376* | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | |
| Итого за обед: | | 530 | 15.27 | 15.81 | 72.41 | 496.14 | 680 | 19.20 | 21.42 | 94.52 | 670.88 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| ТТК22 | Сырники из творога с морковью | 60 | 9.17 | 3.96 | 14.35 | 129.98 | 60 | 9.17 | 3.96 | 14.35 | 129.98 | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 200 | 0.18 | 0.00 | 10.24 | 41.57 | |
| Итого за полдник: | | 240 | 9.33 | 3.96 | 23.57 | 167.39 | 260 | 9.35 | 3.96 | 24.59 | 171.55 | |
| Всего за день: | | 1225 | 32.06 | 35.74 | 147.36 | 1035.34 | 1485 | 40.83 | 45.35 | 195.05 | 1351.88 | |
| 13* | Салат из свежих огурцов | | | | | | 50 | 0.38 | 3.04 | 1.19 | 33.65 | |
| СРЕДНИЕ показатели за неделю: | | 1231 | 33.13 | 36.15 | 171.87 | 1107.51 | 1446 | 41.56 | 45.53 | 211.46 | 1381.20 | |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов *Прохуткина Т.А.* Прохуткина Т.А.



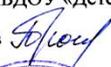
МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

18.11.2024г.

| № рецептуры | | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|----------------------------------|--|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|-----------------------|--------------|---------------|-------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | | | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | |
| Неделя вторая | | | | | | | | | | | | |
| День: Понедельник-завтрак | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| 185* | | Каша жидкая молочная из рисовой крупы | 140 | 5.54 | 6.06 | 23.28 | 166.08 | 190 | 7.52 | 8.23 | 31.60 | 225.40 |
| пром | | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | | 385 | 10.07 | 14.61 | 62.16 | 405.53 | 435 | 12.05 | 16.78 | 70.48 | 464.85 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | |
| пром | | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| ТТК 46 | | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур | 150 | 1.55 | 1.74 | 11.54 | 67.55 | 180 | 1.83 | 2.08 | 13.68 | 81.24 |
| ТТК 40 | | Птица, тушеная в соусе с овощами | 150 | 8.23 | 10.06 | 17.80 | 195.03 | 200 | 10.97 | 13.41 | 23.73 | 260.04 |
| пром | | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| ТТК 59 | | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 |
| Итого за обед: | | | 500 | 15.96 | 14.55 | 65.64 | 468.48 | 620 | 20.11 | 18.77 | 80.19 | 594.13 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 53 | | Пирожок печеный с повидлом | 70 | 4.69 | 3.71 | 44.17 | 224.20 | 70 | 4.69 | 3.71 | 44.17 | 224.20 |
| ТТК 57 | | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 200 | 0.18 | 0.00 | 10.24 | 41.57 |
| Итого за полдник: | | | 250 | 4.85 | 3.71 | 53.39 | 261.61 | 270 | 4.87 | 3.71 | 54.41 | 265.77 |
| Всего за день: | | | 1235 | 30.88 | 32.87 | 192.39 | 1180.62 | 1425 | 37.03 | 39.26 | 216.28 | 1369.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

19.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
|--------------------------------|--|--------------|-----------------------|-------|--------|-------------------------|-------------------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
| День: Вторник - завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 54 | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 150 | 6.44 | 7.71 | 27.15 | 203.30 | 200 | 8.59 | 10.28 | 36.20 | 271.07 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| Тк 15 | Какао с молоком и витаминами "Витошка" | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 |
| Итого за завтрак: | | 360 | 12.44 | 11.07 | 66.59 | 403.94 | 410 | 14.59 | 13.64 | 75.64 | 471.71 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 45* | Винегрет овощной | | | | | | 50 | 0.70 | 5.02 | 3.65 | 62.55 |
| ТТК 61 | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 4.25 | 2.81 | 12.17 | 74.78 | 180 | 5.10 | 3.38 | 14.60 | 89.74 |
| 52** | Макаронные отварные с маслом | 110 | 4.84 | 4.23 | 30.91 | 167.23 | 130 | 5.72 | 4.99 | 36.53 | 197.63 |
| ТТК14 | Котлетки "Аппетитки" | 50 | 6.54 | 11.56 | 8.52 | 142.80 | 50 | 6.54 | 11.56 | 8.52 | 142.80 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за обед: | | 520 | 18.28 | 19.17 | 77.62 | 492.36 | 620 | 20.71 | 25.52 | 89.32 | 600.27 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| ТТК 73 | Оладьи с повидлом | 50 | 2.62 | 2.85 | 17.38 | 94.31 | 75 | 3.93 | 4.28 | 26.07 | 141.47 |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 |
| Итого за полдник: | | 200 | 5.01 | 4.73 | 28.28 | 164.07 | 255 | 6.80 | 6.54 | 39.15 | 225.18 |
| Всего за день: | | 1180 | 35.73 | 34.97 | 183.69 | 1105.37 | 1385 | 42.10 | 45.70 | 215.31 | 1342.16 |
| летние салаты | | | | | | | | | | | |
| 16* | Салат летний | | | | | | 50 | 0.61 | 2.6 | 3.22 | 38.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
 пос. Фурманов Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

20.11.2024г.

| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
|------------------------------|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| сезон: весна-лето | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| День: Среда - завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 56 | Каша манная с маслом | 140 | 3.90 | 5.13 | 16.02 | 126.85 | 200 | 5.57 | 7.33 | 22.89 | 181.21 |
| пром | Хлеб пшеничный | | | | | | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 355 | 5.94 | 13.11 | 38.10 | 296.16 | 445 | 10.10 | 15.88 | 61.77 | 420.66 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 25* | Салат из картофеля с зеленым горошком | | | | | | 50 | 0.98 | 2.62 | 4.89 | 47.10 |
| ТТК 48 | Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне | 150 | 1.05 | 3.22 | 6.25 | 58.08 | 180 | 1.24 | 3.88 | 7.46 | 69.67 |
| ТТК 50 | Кулеш с мясом (из гречневой крупы) | 170 | 10.64 | 9.08 | 21.93 | 214.13 | 190 | 11.85 | 9.80 | 24.52 | 235.31 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| 376* | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 |
| Итого за обед: | | 550 | 15.91 | 13.17 | 77.90 | 506.21 | 660 | 18.94 | 17.32 | 90.89 | 619.08 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| пром | Печенье "Нарезное" | 35 | 3.42 | 3.95 | 23.87 | 163.90 | 50 | 4.88 | 5.64 | 34.10 | 234.10 |
| 400* | Молоко кипяченое | 180 | 5.48 | 4.88 | 9.07 | 102.00 | 200 | 6.09 | 5.42 | 10.08 | 113.33 |
| Итого за полдник: | | 215 | 8.90 | 8.83 | 32.94 | 265.90 | 250 | 10.97 | 11.06 | 44.18 | 347.43 |
| Всего за день: | | 1220 | 30.75 | 35.11 | 160.14 | 1113.27 | 1455 | 40.01 | 44.26 | 208.04 | 1432.17 |
| летние салаты | | | | | | | | | | | |
| 17* | Салат из свежих овощей с яблоками | | | | | | 50 | 0.44 | 2.6 | 2.64 | 35.65 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов

Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

21.11.2024г.

| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | | | | | | | |
| ВОЗРАСТ от 3 до 7 лет | | | | | | | | | | | |
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| День: Четверг - Завтрак | | | | | | | | | | | |
| | | грамм | | | | | грамм | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| 113** | Каша молочная кукурузная жидкая | 150 | 6.40 | 6.04 | 30.61 | 145.38 | 190 | 8.10 | 7.65 | 38.77 | 184.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 8.44 | 14.02 | 52.69 | 314.69 | 405 | 10.14 | 15.63 | 60.85 | 353.45 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 45 | Суп рыбный из консервов | 150 | 5.48 | 5.61 | 13.11 | 244.41 | 180 | 6.58 | 6.73 | 15.73 | 245.29 |
| 321* | Пюре картофельное | 150 | 3.09 | 5.06 | 16.67 | 145.80 | 150 | 3.09 | 5.06 | 16.67 | 145.80 |
| 247** | Соус томатный с маслом сливочным | | | | | | 30 | 0.37 | 0.90 | 2.93 | 21.37 |
| ТТК15 | Ежики мясные | 60 | 7.98 | 5.04 | 4.74 | 96.60 | 60 | 7.98 | 5.04 | 4.74 | 96.60 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| Тк 4 | Кисель с витаминами "Витошка" | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 |
| Итого за обед: | | 590 | 20.34 | 16.58 | 81.52 | 708.45 | 660 | 22.46 | 18.75 | 91.37 | 763.70 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| пром | Печенье сахарное | 30 | 2.14 | 3.66 | 11.58 | 135.30 | 50 | 3.57 | 6.10 | 19.30 | 225.50 |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 |
| Итого за полдник: | | 180 | 4.53 | 5.54 | 22.48 | 205.06 | 230 | 6.44 | 8.36 | 32.38 | 309.21 |
| Всего за день: | | 1235 | 33.31 | 36.14 | 167.89 | 1273.20 | 1395 | 39.04 | 42.74 | 195.80 | 1471.36 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

22.11.2024г.

| | | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | | |
|--------------------------------------|--|-----------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции грамм | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции грамм | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| Неделя вторая | | | | | | | | | | | |
| День: Пятница - завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК51 | Суп молочный с вермишелью | 150 | 4.30 | 3.91 | 14.13 | 108.90 | 200 | 5.74 | 5.21 | 18.84 | 145.20 |
| 395* | Кофейный напиток с молоком | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11.22 | 15.89 | 45.30 | 372.49 | 415 | 12.66 | 17.19 | 50.01 | 408.79 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 43 | Щи со сметаной | 150 | 1.32 | 3.53 | 6.60 | 64.33 | 200 | 1.75 | 4.70 | 8.81 | 85.77 |
| ТТК 58 | Плов из отварной птицы | 100 | 7.92 | 9.60 | 19.21 | 191.00 | 180 | 14.26 | 17.28 | 34.58 | 343.80 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 | 50 | 3.25 | 0.75 | 21.50 | 165.00 |
| 376* | Компот из сухеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 |
| Итого за обед: | | 460 | 11.62 | 13.58 | 63.03 | 452.19 | 610 | 19.69 | 22.73 | 89.21 | 692.43 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| пром | Кондитерское изделие (пряники) | 35 | 1.40 | 2.10 | 21.00 | 108.50 | 35 | 1.40 | 2.10 | 21.00 | 108.50 |
| пром | Батон "Домашний" нарезной | | | | | | 15 | 1.43 | 0.56 | 10.23 | 51.60 |
| пром | Кисломолочный продукт - РЯЖЕНКА (варенец) | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.56 | 92.00 | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.56 | 92.00 |
| Итого за полдник: | | 215 | 6.62 | 6.60 | 28.56 | 200.50 | 230 | 8.05 | 7.16 | 38.79 | 252.10 |
| Всего за день: | | 1140 | 29.46 | 36.07 | 148.09 | 1070.18 | 1355 | 40.40 | 47.08 | 189.21 | 1398.32 |
| СРЕДНИЕ показатели за неделю: | | 1202 | 32.03 | 35.03 | 170.44 | 1148.53 | 1403 | 39.72 | 43.81 | 204.93 | 1402.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов *А.И.С.* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

25.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------------|---|--------------|-----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | |
| День-1: Понедельник-завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 20 | Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба" | 140 | 4.10 | 5.13 | 21.21 | 148.37 | 200 | 5.86 | 7.33 | 30.30 | 211.96 |
| пром | Хлеб пшеничный | | | | | | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за завтрак: | | 355 | 6.14 | 13.11 | 43.29 | 317.68 | 445 | 10.39 | 15.88 | 69.18 | 451.41 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 45* | Винегрет овощной | | | | | | 50 | 0.70 | 5.02 | 3.65 | 62.55 |
| ТТК38 | Щи по-уральски (с крупой) | 150 | 0.91 | 2.20 | 6.61 | 50.14 | 180 | 1.12 | 2.25 | 8.18 | 57.85 |
| 52** | Макароны отварные с маслом | 130 | 5.72 | 4.99 | 32.53 | 197.63 | 150 | 6.60 | 5.76 | 37.53 | 228.03 |
| ТТК13 | Кнели из мяса цыпленка с рисом | 60 | 10.15 | 9.79 | 7.84 | 133.70 | 60 | 10.15 | 9.79 | 7.84 | 133.70 |
| пром | Хлеб пшеничный | 20 | 1.66 | 0.38 | 11.20 | 46.76 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| 372* | Компот из свежих яблок | 180 | 0.14 | 0.14 | 25.09 | 103.14 | 180 | 0.14 | 0.14 | 25.09 | 103.14 |
| Итого за обед: | | 560 | 19.88 | 17.80 | 91.87 | 597.37 | 680 | 23.15 | 23.98 | 111.99 | 754.41 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| 45 | Пирожок печеный с капустой (или картофелем) | 70 | 4.69 | 5.10 | 42.80 | 224.20 | 70 | 4.69 | 5.10 | 42.80 | 224.20 |
| Итого за полдник: | | 250 | 4.85 | 5.10 | 52.02 | 261.61 | 250 | 4.85 | 5.10 | 52.02 | 261.61 |
| Всего за день: | | 1265 | 30.87 | 36.01 | 198.38 | 1221.66 | 1475 | 38.39 | 44.96 | 244.39 | 1512.43 |
| 16* | Салат летний | | | | | | 50 | 0.61 | 2.6 | 3.22 | 38.75 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов *Прокуткина Т.А.* Прокуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

26.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность (ккал) | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
|--------------------------------|---|--------------|-----------------------|-------|--------|---------|--------------------------------|----------------------|-------|--------|---------|
| | | | Пищевые вещества (г) | | | | | Пищевые вещества (г) | | | |
| | | | Б | Ж | У | Э | | Б | Ж | У | Э |
| День: Вторник - Завтрак | | | | | | | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 |
| ТТК 51 | Суп молочный с вермишелью | 150 | 4.30 | 3.91 | 14.13 | 108.90 | 200 | 5.74 | 5.21 | 18.84 | 145.20 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| 395* | Кофейный напиток с молоком | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 | 180 | 5.04 | 4.00 | 18.31 | 131.69 |
| Итого за завтрак: | | 365 | 11.22 | 15.89 | 45.30 | 372.49 | 445 | 15.15 | 17.76 | 66.81 | 478.93 |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК 61 | Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне | 150 | 4.10 | 6.31 | 11.81 | 71.18 | 200 | 5.47 | 8.41 | 15.74 | 94.90 |
| ТТК 41 | Мясо отварное, тушеное с картофелем домашнему | 150 | 8.97 | 8.52 | 14.33 | 165.69 | 200 | 11.96 | 11.36 | 19.11 | 220.92 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 |
| Тк 4 | Кисель с витаминами "Витошка" | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 | 180 | 0.00 | 0.00 | 21.60 | 85.50 |
| Итого за обед: | | 530 | 16.86 | 15.70 | 73.14 | 458.51 | 640 | 21.87 | 20.79 | 86.15 | 570.46 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 451* | Оладьи с яблоками | 60 | 4.22 | 3.98 | 26.30 | 158.00 | 85 | 5.84 | 7.51 | 36.42 | 218.80 |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 |
| Итого за полдник: | | 240 | 4.38 | 3.98 | 35.52 | 195.41 | 265 | 6.00 | 7.51 | 45.64 | 256.21 |
| Всего за день: | | 1235 | 32.46 | 35.57 | 165.16 | 1071.41 | 1450 | 43.02 | 46.06 | 209.80 | 1350.60 |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

27.11.2024г.

| № рецептуры | Наименование блюд | Масса порции | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | Энергетическая ценность | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | | |
|------------------------------|---|--------------|-----------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|----------------------|----------------------|---------------|----------------|-------------------------|
| | | | Пищевые вещества (г) | | | | | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
| | | | Б | Ж | У | У | | | Б | Ж | У | |
| День: Среда - Завтрак | | грамм | | | | | грамм | | | | | |
| 15*** | Сыр твердых сортов (порциями) | 15 | 3.92 | 4.56 | 0.00 | 56.64 | 15 | 3.92 | 4.56 | 0.00 | 56.64 | |
| ТТК 56 | Каша манная с маслом | 140 | 3.90 | 5.13 | 16.02 | 126.85 | 200 | 5.57 | 7.33 | 22.89 | 181.21 | |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | |
| Итого за завтрак: | | 365 | 10.47 | 10.26 | 42.04 | 291.04 | 425 | 12.14 | 12.46 | 48.91 | 345.40 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| 32* | Салат из свеклы с изюмом | 30 | 0.47 | 1.84 | 4.06 | 34.62 | 50 | 0.78 | 3.06 | 6.77 | 57.70 | |
| ТТК 46 | Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур | 180 | 1.83 | 2.08 | 14.25 | 83.51 | 180 | 1.83 | 2.08 | 14.25 | 83.51 | |
| ТТК 58 | Плов из отварной птицы | 100 | 7.92 | 9.60 | 19.21 | 191.00 | 180 | 14.26 | 17.28 | 34.58 | 343.80 | |
| пром | Хлеб пшеничный | 20 | 1.66 | 0.38 | 11.20 | 46.76 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| 376* | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | 180 | 0.43 | 0.00 | 24.32 | 97.86 | |
| Итого за обед: | | 510 | 12.31 | 13.90 | 73.04 | 453.75 | 620 | 19.79 | 22.99 | 96.72 | 653.01 | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | |
| 16 | Сдобная мелочь | 50 | 5.05 | 4.75 | 33.80 | 171.50 | 50 | 5.05 | 4.75 | 33.80 | 171.50 | |
| 400* | Молоко кипяченое | 180 | 5.48 | 4.88 | 9.07 | 102.00 | 200 | 6.09 | 5.42 | 10.08 | 113.33 | |
| Итого за полдник: | | 230 | 10.53 | 9.63 | 42.87 | 273.50 | 250 | 11.14 | 10.17 | 43.88 | 284.83 | |
| Всего за день: | | 1205 | 33.31 | 33.79 | 169.15 | 1063.29 | 1395 | 43.07 | 45.62 | 200.71 | 1328.24 | |
| летние салаты | | | | | | | | | | | | |
| 17* | Салат из свежих овощей с яблоками | 30 | 0.26 | 1.56 | 1.58 | 21.39 | 50 | 0.44 | 2.6 | 2.64 | 35.65 | |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
 пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

28.11.2024г.

| | | Неделя первая | | | | | март 2023 г. | | сезон: весна-лето | | | |
|-----------------|--|-----------------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|----------------------|----------------------|---------------|--------------------------------------|--|
| | | ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет | | | | | лет | | ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет | | | |
| № рецепту ры | Наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | энергетическая ценность (ккал) | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | энергетическая ценность (ккал) | |
| | | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | |
| | День: Четверг - Завтрак | грамм | | | | | грамм | | | | | |
| ТТК 55 | Бутерброд с маслом | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | 35 | 1.88 | 7.98 | 12.86 | 131.90 | |
| ТТК 54 | Каша жидкая молочная из овсяной крупы | 150 | 6.44 | 7.71 | 27.15 | 203.30 | 200 | 8.59 | 10.28 | 36.20 | 271.07 | |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| Тк 15 | Какао с молоком и витаминами "Витошка" | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 | 180 | 3.51 | 2.79 | 22.64 | 130.50 | |
| | Итого за завтрак: | 395 | 14.32 | 19.05 | 66.59 | 403.94 | 445 | 16.47 | 21.62 | 75.64 | 471.71 | |
| | Второй завтрак | | | | | | | | | | | |
| пром | Сок фруктовый | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | 100 | 0.00 | 0.00 | 11.20 | 45.00 | |
| | Обед | | | | | | | | | | | |
| ТТК47 | Свекольник со сметаной | 150 | 1.50 | 4.34 | 9.50 | 83.11 | 180 | 1.76 | 5.52 | 11.26 | 101.75 | |
| 321* | Пюре картофельное | 110 | 2.27 | 4.39 | 14.44 | 106.92 | 150 | 3.09 | 5.06 | 16.67 | 145.80 | |
| 247** | Соус томатный с маслом сливочным | | | | | | 30 | 0.37 | 0.90 | 2.93 | 21.37 | |
| ТТК 49 | "Рыбник" из минтая | 50 | 8.75 | 6.50 | 4.55 | 110.97 | 50 | 8.75 | 6.50 | 4.55 | 110.97 | |
| пром | Хлеб пшеничный | 20 | 1.66 | 0.38 | 11.20 | 46.76 | 30 | 2.49 | 0.57 | 16.80 | 70.14 | |
| пром | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1.30 | 0.30 | 8.60 | 66.00 | 30 | 1.95 | 0.45 | 12.90 | 99.00 | |
| ТТК 57 | Чай с сахаром | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | 180 | 0.16 | 0.00 | 9.22 | 37.41 | |
| | Итого за обед: | 530 | 15.64 | 15.91 | 57.51 | 451.17 | 650 | 18.57 | 19.00 | 74.33 | 586.44 | |
| | Полдник | | | | | | | | | | | |
| 12 | Булочка ванильная | 50 | 4.60 | 2.80 | 33.10 | 176.00 | 50 | 4.60 | 2.80 | 33.10 | 176.00 | |
| ТТК 59 | Чай сладкий с молоком | 150 | 2.39 | 1.88 | 10.90 | 69.76 | 180 | 2.87 | 2.26 | 13.08 | 83.71 | |
| | Итого за полдник: | 200 | 6.99 | 4.68 | 44.00 | 245.76 | 230 | 7.47 | 5.06 | 46.18 | 259.71 | |
| | Всего за день: | 1225 | 36.95 | 39.64 | 179.30 | 1145.87 | 1425 | 42.51 | 45.68 | 207.35 | 1362.86 | |

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»
пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



