Утверждаю
Заведующий
МДОАУ «Детский сад № 108
«Почемучка» г.Орска
_____ Н.И. Носова

Дата **03.04.2023**

День недели: **понедельник**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 6</i>					
Завтрак:	каша молочная "Дружба"	150	173.33	200	221.39
	хлеб с маслом	20\6	84.86	20\8	98.08
	коф. напиток с молоком	150	65.61	180	77.23
II завтрак	сок фруктовый	200	76.00	200	76.00
Обед:	салат с консерв. кукурузой и луком	40	41.57	60	62.36
	рассольник "Ленинградский" на кур/бульоне со сметаной	150/5	79.56	250/8	123.35
	жаркое по-домашнему из мяса кур	180	231.50	200	256.31
	компот из с/ф	150	44.38	200	62.78
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	пирожок с повидлом	50	176.70	70	240.79
	какао с молоком	150	77.26	180	90.99
Ужин	вареники ленивые с творогом и маслом			100\6	258.74
	чай с молоком			180	77.13
	батон			40	103.60
	фрукты свежие (яблоко)			100	38.00
	соль за весь день	3		5	
Итого день			1152,97		1907,93

Утверждаю
Заведующий
МДОАУ «Детский сад № 108
«Почемучка» г.Орска
_____ Н.И. Носова

Дата **04.04.2023**

День недели: **вторник**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 7</i>					
Завтрак:	омлет с зелен горошком	130	191.57	130	191.57
	сыр порционно	8	28.80	10	36.00
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	коф. напиток с молоком	150	65.61	180	77.23
II завтрак	фрукты свежие	100	89.00	100	89.00
Обед:	винегрет	40	44.89	60	67.34
	суп рыбный "Уха"	150\30	99.20	200\50	139.54
	биточки мясные с красным соусом	60\10	138.90	70\20	170.37
	макароны отварные	100	127.54	120	154.37
	кисель	150	19.32	200	25.76
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	булочка с сахаром	50	139.57	70	195.27
	к.м. продукция "Йогурт"	150	85.50	180	102.60
Ужин	картофель тушеный с печенью			180	216.24
	хлеб ржаной			30	57.00
	чай с сахаром			180	30.33
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1177,30		1719

Утверждаю
Заведующий
МДОАУ «Детский сад № 108
«Почемучка» г.Орска
_____ Н.И. Носова

Дата **05.04.2023**

День недели: **среда**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
День 8					
Завтрак:	запеканка творожная со сгущенным молоком	130\20	313.37	180\30	445.95
	чай на молоке	150	104.54	180	123.93
II завтрак	фрукты свежие (банан)	100	89.00	100	89.00
Обед:	салат "Зимний"	40	49.94	60	79.99
	суп "Бабушкин"	150	93.00	250	147.30
	тефтели рыбные в томатно-смет соусе	70\15	107.54	80\20	122.73
	картофельное пюре	130	132.58	150	154.36
	компот из с/ф	150	44.38	200	62.78
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	печенье	40	166.80	70	291.90
	сок фруктовый	150	57.00	180	68.40
Ужин	каша сборная молочная			200	219.46
	какао с молоком			180	90.99
	хлеб пшеничный			30	67.80
	соль за весь день				
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1260,35		2085,78

Утверждаю
 Заведующий
 МДОАУ «Детский сад № 108
 «Почемучка» г.Орска
 _____ Н.И. Носова

Дата **06.04.2023**

День недели: **четверг**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 9</i>					
Завтрак:	каша манная молочная	150	135.39	200	182.99
	яйцо отварное	1 шт.	78.50	1 шт.	78.50
	хлеб с маслом	20\6	84.86	20\8	98.08
	коф. напиток с молоком	150	65.61	180	77.23
II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	38.00	100	38.00
Обед:	с-т из свеклы с изюмом	40	53.60	60	83.79
	щи со сметаной	150\5	55.37	250\8	84.77
	плов из мяса	160	264.15	200	332.16
	кисель витаминизирован	150	44.38	200	92.00
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	ватрушка с творогом	50	158.04	70	227.76
	чай на молоке	150	104.54	180	123.93
Ужин	овощное рагу			180	126.31
	сок фруктовый			180	68.40
	хлеб ржаной			30	57.00
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1184,63		1792,11

Утверждаю
Заведующий
МДОАУ «Детский сад № 108
«Почемучка» г.Орска
_____ Н.И. Носова

Дата **07.04.2023**

День недели: **пятница**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 10</i>					
Завтрак:	каша гречневая молочная	150	151.94	200	199.59
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	чай с молоком	150	73.34	180	77.13
II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	38.00	100	38.00
Обед:	салат "Степной"	40	52.31	60	83.51
	суп "Кудрявый" со смет	150/5	99.82	250/8	158.60
	мясо тушеное с соусом	50\20	139.54	60\20	170.97
	гороховое пюре	120	206.47	150	254.94
	компот из с/ф	150	44.38	200	62.78
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	запеченный батон с маслом и сыром	25/2,5/5	99,28	50\5\10	198.55
	коф. напиток с молоком	150	65,61	180	77.23
Ужин	кулебяка с капустой			100	223.91
	кисель			180	22.81
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1103,87		1734,40