

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

Дата **10.04.2023**

День недели: **понедельник**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 11</i>					
Завтрак:	каша пшеничная молочная	150	151.94	200	199.59
	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	100	38.00	100	38.00
Обед:	салат с зеленым горошком и луком	40	37.97	60	56.96
	суп "Рисовый" на кур/бульоне со сметаной	150/5	86.82	250/8	137.55
	суфле из кур	70	193.22	80	229.16
	овощное рагу	130	85.51	150	104.06
	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 морковью и повидлом	60	184.90	70	233.63
	какао с молоком	150	77.26	180	90.99
Ужин	печень тушеная с томат-смет соусом			60/20	110.72
	ячневая/перловая каша			120	151.85
	хлеб пшеничный			30	67.80
	сок фруктовый			180	68.40
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1152,62		1847,99

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

Дата **11.04.2023**

День недели: **вторник**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 12</i>					
Завтрак:	омлет натуральный	130	203.20	130	203.20
	сыр порционно	8	28.80	10	36.00
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	какао с молоком	150	77.26	180	90.99
II завтрак	сок фруктовый	200	76.00	200	76.00
Обед:	салат "Степной"	40	52.31	60	83.51
	суп с овощной на курином бульоне	150/5	70.49	250/8	109.44
	курник с мясным фаршем и картофелем	160	346.16	180	392.94
	компот из свежих яблок	150	37.93	200	49.31
	хлеб пшеничный	-		-	
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	пряники	40	140.00	70	245.00
	к.м. продукция "Снежок"	150	118.50	180	142.20
Ужин	тефтели рыбные в томатно-смет соусе			60\20	93.63
	макароны отварные			120	154.37
	кисель			180	22.81
	хлеб ржаной			30	57.00
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1252,85		1877,59

Утверждаю

Дата **12.04.2023**

День недели: **среда**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 13</i>					
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	100	38.00	100	38.00
Обед:	салат из квашенной капусты	40	39.39	60	54.59
	свекольник со сметаной	150\5	68.38	250\8	107.33
	котлеты рыбные с томатно-сметанным соусом	70\20	91.78	80\30	115.25
	рис отварной с овощами	120	148.12	150	182.86
	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:	крендель с сахаром	50	139.57	70	195.27
	кисель	150	19.32	180	22.81
Ужин	каша молочн "геркулес"			200	210.39
	батон			40	103.60
	сыр порционно			10	36.00
	коф. напиток с молоком			180	77.23
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1109,04		1897,17

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

Дата **13.04.2023**

День недели: **четверг**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 14</i>					
Завтрак:	каша молочная кукурузная	150	151.79	200	199.39
	хлеб с маслом	20\6	84.86	20\8	98.08
	чай с молоком	150	73.34	180	77.13
II завтрак	фрукты свежие	100	38.00	100	38.00
Обед:	салат из свеклы с зеленым горошком	40	43.69	60	70.23
	суп с клецками	150	70.17	250	109.82
	"Ёжики" мясные в томатно-смет соусе	60\20	129.63	70\30	166.55
	капуста тушеная	120	85.16	130	98.67
	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:	сочник с творогом	60	154.00	80	210.59
	молоко кипяченое	150	78.00	180	93.60
Ужин	картофель тушенный в молоке			180	152.86
	какао с молоком			180	90.99
	хлеб пшеничный			30	67.80
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			1055,21		1686,89

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

Дата **14.04.2023**

День недели: **пятница**

День недели	Наименование блюда	Ясли	ккал	Сад	ккал
		Выход блюда		Выход блюда	
<i>День 15</i>					
Завтрак:	вермишель молочная	150	146.69	200	216.79
	яйцо отварное	1 шт.	78.50	1 шт.	78.50
	хлеб пшеничный	20	45.20	20	45.20
	коф. напиток с молоком	150	65.61	180	77.23
II завтрак	фрукты свежие (яблоко)	100	38.00	100	38.00
Обед:	салат "Зимний"	40	49.94	60	79.99
	суп с бобовыми и гречками (горох)	150\10	124.75	250\20	206.82
	рыба запеченная с картофелем	180	213.43	200	226.17
	компот из с/ф	150	44.38	200	62.78
	хлеб пшеничный	-		-	
	хлеб ржаной	30	57.00	40	76.00
Полдник:	батон с маслом и сыром	25\2,5\5	99.28	50\5\10	198.55
	чай с сахаром	150	26.54	180	30.33
Ужин	слож гарнир (картофель с капустой)			180	164.06
	кисель			180	22.81
	хлеб ржаной			30	57.00
соль за весь день		3		5	
Итого за весь день			989,31		1580,21