

День: Понедельник
 Неделя: первая
 Сезон: осенний
 Возрастная категория:
 дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150г	217	7	9	26	150
Кофейный напиток с молоком 180 гр	158	5	5	17	180
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	110	2	6	13	45
Итого:	484	14	20	56	375
Завтрак второй					
Фрукты 100г	45	0	0	11	100
Итого:	45	0	0	11	100
Обед					
Икра кабачковая 30 гр	37	1	3	3	30
Уха рыбацкая 0,150г	76	4	2	8	150
Плов из отварного мяса говядины 150 гр.	261	11	12	23	150
Напиток из шиповника	65	0	0	16	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	528	19	18	70	528
Полдник					
Кефир 150 г	54	3	3	4	150
Запеканка из творога 120 гр	307	14	18	15	120
Сгущенное молоко 20 гр	66	1	2	11	20
Итого:	426	18	22	30	290
Всего:	1484	52	60	167	1293

Заведующий
 (должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
 (расшифровка подписи)

День: Вторник
Неделя: первая
Сезон: осенний
Возрастная категория:
дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	159	4	5	17	180
Чай с сахаром	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный с маслом, сыром 25/4/6 гр	109	3	5	13	35
Итого:	283	7	10	38	365
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Суп с клецками с мясом	90	4	4	9	150
Шницель из говядины	146	10	10	1	60
Греча с овощами 120 гр.	139	3	5	22	120
Компот из ягод замороженных 150 г	78	0	0	18	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	541	21	18	70	528
Полдник					
Запеканка морковная 130 гр.	126	3	3	26	130
Повидло	38	0	0	10	15
Молоко 150 г	88	4	4	7	150
Итого:	253	7	7	43	295
Всего:	1146	35	36	161	1258

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: Среда
Неделя: первая
Сезон: осенний
Возрастная категория:
дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	174	5	5	24	150
Какао с молоком 180 г р.	127	3	3	21	180
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	110	2	6	13	45
Итого:	410	10	13	58	375
Завтрак второй					
Фрукты 100г	89	1	0	20	100
Итого:	89	1	0	20	100
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	21	0	1	3	30
Соус молочный с овощами	20	0	1	2	20
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	102	4	4	10	150
Запеканка картофельная с отварным мясом_	378	19	18	28	180
Компот из чернослива и изюма	74	0	0	18	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	684	27	25	81	578
Полдник					
Яйцо вареное.	63	5	4	0	40
Чай с сахаром	40	0	0	10	150
Пирожок с капустой ..	155	5	5	19	60
Итого:	257	9	9	29	250
Всего:	1441	48	48	187	2263

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: Четверг
Неделя: первая
Сезон: осенний
Возрастная категория:
дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная вязкая молочная со сливочным маслом	136	4	4	19	150
Чай с лимоном 180г	37	0	0	9	180
Хлеб пшеничный с маслом, сыром 25/4/6 гр	109	3	5	13	35
Итого:	281	7	9	40	365
Завтрак второй					
Фрукты 100г	148	2	0	33	100
Итого:	148	2	0	33	100
Обед					
Суп-лапша .	77	2	2	12	150
Рагу из овощей 130г	93	2	3	13	130
Биточки из куры	134	22	4	0	60
Компот из кураги	68	1	0	17	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	461	29	10	62	538
Полдник					
Снежок 150 г	133	4	5	17	150
Лакомка. Песочное печенье с творогом	360	8	14	42	68
Итого:	493	13	19	59	218
Всего:	1383	52	38	195	1221

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: Пятница
Неделя: первая
Сезон: осенний
Возрастная категория:
дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным*1	145	4	5	20	150
Напиток "Валетек"	1	0	0	0	150
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	110	2	6	13	50
Итого:	256	6	11	32	350
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	51	1	0	11	100
Итого:	51	1	0	11	100
Обед					
Горошек зеленый 30 гр	20	2	1	1	50
Борщ с мясом со сметаной.	92	4	5	6	150
Рыба с овощами в омлете 150 гр.	262	23	15	4	150
Компот из чернослива	67	0	0	16	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	484	30	20	40	533
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 110 гр	183	6	5	26	110
Чай с молоком.	75	2	2	11	150
Конфета шоколадная 20г	114	1	8	11	20
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Итого:	406	10	15	55	295
Всего:	1197	47	46	138	1278

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: Понедельник
Неделя: вторая
Сезон: осенний
Возрастная категория:
дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная с маслом	127	4	4	16	150
Кофейный напиток с молоком 180 гр	94	3	3	13	180
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	110	2	6	13	45
Итого:	331	8	13	41	375
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	51	1	0	11	100
Итого:	51	1	0	11	100
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	29	1	0	6	30
Суп геркулесовый с мясом	110	5	4	12	150
Запеканка капустная с говядиной.	236	14	13	13	180
Соус сметанный 20 гр	21	0	2	1	20
Компот из ягод замороженных 150 г	84	0	0	19	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	569	23	19	71	578
Полдник					
Кефир 150 г	84	4	5	6	150
Повидло	27	0	0	7	15
Сырники из творога.	194	9	11	10	120
Итого:	305	13	16	23	285
Всего:	1256	45	48	147	1338

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: Вторник
Неделя: вторая
Сезон: осенний
Возрастная категория:
дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным 180г	203	5	6	27	180
Чай с лимоном 180 гр	36	0	0	8	150
Хлеб пшеничный с маслом, сыром 25/4/6 гр	109	3	5	13	35
Итого:	325	8	10	47	365
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	20	1	1	3	30
Суп крестьянский с мясом со сметаной	96	4	5	8	150
Азу 150г	281	12	11	29	150
Компот из кураги и изюма	67	0	0	16	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр	35	1	0	8	15
Соль 2 гр	0	0	0	0	2
Итого:	552	20	17	77	527
Полдник					
Молоко 150 г	88	4	4	7	150
Булочка Ягодка	201	4	5	30	50
Итого:	289	9	9	37	200
Всего:	1212	37	36	170	1192

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: Среда
 Неделя: вторая
 Сезон: осенний
 Возрастная категория:
 дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным 150г	142	4	5	18	150
Кофейный напиток с молоком 180 гр	94	3	3	13	180
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	110	2	6	13	45
Итого:	346	8	13	43	375
Завтрак второй					
Фрукты 100г	45	0	0	11	100
Итого:	45	0	0	11	100
Обед					
Свекольник с мясом со сметаной	122	5	6	10	150
Печень по-строгановски 100 гр.	226	13	15	3	100
Картофельное пюре.	113	2	3	18	120
Напиток из шиповника	65	0	0	16	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	581	23	25	59	553
Полдник					
Горошек зеленый 30 гр.	23	1	1	2	30
Капуста в омлете.	151	7	9	8	150
Чай с сахаром	38	0	0	9	150
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Итого:	246	9	10	26	345
Всего:	1219	41	49	140	1373

Заведующий
 (должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
 (расшифровка подписи)

День: Четверг
Неделя: вторая
Сезон: осенний
Возрастная
категория: дети
с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	160	5	6	22	150
Какао с молоком 180 г р.	127	3	3	21	180
Хлеб пшеничный с маслом, сыром 25/4/6 гр	109	3	5	13	35
Итого:	396	11	14	55	365
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из свеклы с изюмом	43	1	1	7	40
Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной	55	1	3	6	150
Гуляш из мяса куры 70 г .	98	14	3	2	70
Рис припущенный с овощами	126	2	4	18	100
Компот из сухофруктов и шиповника 150 гр,	60	0	0	15	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	470	22	12	68	558
Полдник					
Снежок 150 г	124	4	5	16	150
Ватрушка с творогом 70 гр.	235	7	9	25	70
Итого:	359	11	14	41	220
Всего:	1272	45	40	174	1243

Заведующий
(должность)

(подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.
(расшифровка подписи)

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: осенний
 Возрастная категория:
 дети с 1,5 до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр	233	14	16	3	150
Кисель Витошка	1	0	0	0	180
Хлеб пшеничный с маслом 30/5	110	2	6	13	45
Итого:	345	16	22	16	375
Завтрак второй					
Фрукты 100г	45	0	0	11	100
Итого:	45	0	0	11	100
Обед					
Соус молочный с овощами	20	0	1	2	20
Суп гороховый с мясом	106	6	4	11	150
Биточки рыбные	139	13	6	6	50
Макаронные изделия отварные 110 гр.	171	4	3	30	110
Компот из изюма	72	0	0	17	150
Хлеб ржаной 30 гр.	54	2	0	13	30
Соль	0	0	0	0	3
Итого:	561	26	14	79	513
Полдник					
Гарнир овощной сборный	90	3	3	12	100
Чай с молоком	75	2	2	11	150
Мармелад 20 гр	59	0	0	15	20
Хлеб пшеничный 15 гр.	35	1	0	8	15
Итого:	258	6	5	46	285
Всего:	1209	48	41	151	1273

Заведующий

 (должность)

 (подпись)

ИЛЬЮШОНОК Н.Я.

 (расшифровка подписи)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364594085773079485149359994365539118177086968119

Владелец Ильюшонок Наталия Яновна

Действителен с 08.10.2025 по 08.10.2026