УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 1 День 1 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №7 | Каша ячневая на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 6/8 | 8/11 | 29/39 | 171/288 |
| ТК №5 | Кофейный напиток на сгущенном молоке; «Д»-чай | 180 | 200 | 4,2/2,8 | 4,8/6,4 | 19,0/39,2 | 135,5/172,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| ТК №46 | Масло порционное | 5 | 5 | 3,3 | 1,3 | 23,0 | 112 |
| Итого за завтрак | | 395 | 445 | 12/14 | 14,4/18,8 | 60/101 | 362/512 |
| 2 завтрак Пром. | Сок | 100 | 100 | 0,7 | 0 | 10,2 | 47,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 100 | 100 | 0,7 | 0 | 10,2 | 47,0 |
| ОБЕД ТК №76 | Салат из морской капусты с яйцом | 40 | 60 | 0,47/0,52 | 2,03/3,05 | 3,36/5,75 | 34,8/53,6 |
| ТК №33 | Суп вермишелевый на кур.бульоне, со сметаной | 180 | 200 | 1,5/2,0 | 4,35/6,35 | 13,58/18,1 | 68,5/91,3 |
| ТК №74 | Гуляш из курицы | 60 | 80 | 11,1 | 9,5 | 16,04 | 226 |
| ТК №45 | Гречневый гарнир | 120 | 120 | 11,0 | 15,3 | 25,2 | 331 |
| ТК №11 | Компот Ассорти | 180 | 200 | 0,36 | 0 | 23,8 | 97,0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 1,8/2,3 | 2,5/0,3 | 10,0/22,5 | 56/112 |
| Итого за обед | | 600 | 700 | 38/26 | 18,05/40 | 62,04/72,7 | 610/718 |
| ПОЛДНИК ТК №31 | Молоко цельное | 180 | 200 | 4,2/5,6 | 4,8/6,4 | 7,1/9,4 | 87/116 |
| ТК №30 | Сырники со сгущенным молоком/джемом | 50 | 70 | 4,9 | 4,0 | 6,7 | 82,1 |
| Итого за полдник | | 230 | 270 | 9,1/10,5 | 8,8/10,4 | 13,8/16,1 | 169/198 |
| УЖИН ТК №90 | Кулеш рисовый молочный | 180 | 200 | 13,6 | 12,4 | 15,2 | 255 |
| ТК №2 | Чай сладкий с лимоном | 180 | 200 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 1,6 | 0,35 | 14,3 | 64 |
| Итого за ужин | | 390 | 430 | 21,13 | 12,76 | 46 | 434 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1715 | 1945 | 58/61 | 52/66 | 184/255 | 1524/1924 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 1 День 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №35 | Каша манная на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 6/8 | 8/11 | 29/39 | 171/288 |
| ТК №2 | Чай с лимоном | 180 | 200 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 |
| ТК №77 | Хлеб с яйцом 1/2 | 30 | 40 | 2,3 | 0,3 | 11,5 | 57,9 |
| Итого за завтрак | | 360 | 440 | 12/14 | 14,4/18,8 | 60/101 | 362/512 |
| 2 завтрак Пром. | Бананы | 100 | 100 | 1,3 | 4,3 | 9,8 | 83 |
| Итого за 2 завтрак | | 100 | 100 | 1,3 | 4,3 | 9,8 | 83 |
| ОБЕД ТК №67,39 | Салат из капусты с морковью/Салат Витаминный | 40 | 60 | 0,47/0,52 | 2,03/3,05 | 3,36/5,76 | 34,8/53,6 |
| ТК №20 | Суп гороховый на мясном бульоне | 180 | 200 | 1,5/2,0 | 4,35/6,35 | 13,58/18,1 | 68,5/91,3 |
| ТК №55,29 | Котлета мясная/Тефтели Макароны отварные | 60/120 | 80/120 | 11,1/11,0 | 9,5/15,3 | 16,04/25,2 | 226/331 |
| ТК №88 | Соус | 30 | 30 | 10,7 | 1,7 | 1,9 | 26,2 |
| ТК №51 | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 0,36 | 0 | 23,8 | 97,0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 620 | 720 | 38/26 | 18,05/40 | 62,04/72,7 | 610/718 |
| ПОЛДНИК ТК №64 | Ряженка | 180 | 200 | 4,28 | 4,8 | 22,0 | 143,7 |
| Пром. | Печенье | 30 | 30 | 0,08 | 4,20 | 20,13 | 118,4 |
| Итого за полдник | | 210 | 230 | 4,36 | 9,0 | 42,13 | 262,1 |
| УЖИН ТК №52 | Уха из свежей рыбы | 180 | 200 | 5,8/6,17 | 6,4/8,0 | 26,32/32,72 | 146,9/182,2 |
| ТК №49 | Чай с конфетой | 180/20 | 200/20 | 0,50 | 1,70 | 15,60 | 390 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 410 | 450 | 21,13 | 12,76 | 46 | 434 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1700 | 1900 | 58/61 | 52/66 | 184/255 | 1524/1924 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 1 День 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №37 | Каша гречневая на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 5,8/6,17 | 6,4/8,0 | 26,32/32,72 | 146,9/182,2 |
| ТК №12 | Какао на сгущенном молоке, Д-чай | 180 | 200 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 |
| ТК №46 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 30/20 | 1,8/5,08 | 1,65/4,60 | 11,5/0,28 | 56/63 |
| Итого за завтрак | | 380 | 450 | 9,6 | 9,31 | 57,53 | 319,5/354,35 |
| 2 завтрак ТК №398 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| ОБЕД ТК №39 | Салат свекольный с чесноком | 40 | 60 | 0,47/0,52 | 2,03/3,05 | 3,36/5,76 | 34,8/53,6 |
| ТК №43 | Рассольник на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 1,41/1,99 | 3,93/6,34 | 14/74/15,35 | 89,4/118,2 |
| ТК №71 | Плов рисовый с курицей | 180 | 200 | 11,74/17,51 | 10,38/13,3 | 19,6/29,4 | 239,2/342 |
| ТК №66 | Кисель плодово-ягодный | 180 | 200 | 0,36 | 0 | 23,8 | 97,0 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 3,12 | 0,72 | 26,7 | 128 |
| Итого за обед | | 620 | 720 | 17,1/23,5 | 17,0,6/23,86 | 101,7 | 588,4/738,8 |
| ПОЛДНИК ТК №50 | Чай с молоком | 180 | 200 | 3,7/5,0 | 3,7/5,0 | 17,25/22,1 | 112,5/150,0 |
| ТК №83-87 | Пирожок с начинкой/Песочники | 50 | 70 | 1,0 | 1,0 | 24,0 | 109 |
| Итого за полдник | | 230 | 270 | 3,7/5,0 | 3,7/5,0 | 17,25/22,1 | 321,5/259,0 |
| УЖИН ТК №93 | Горохово-картофельное пюре с маслом | 180 | 200 | 4,3 | 6,5 | 26,6 | 169,3 |
| ТК №3 | Чай с печеньем/вафли | 180/30 | 200/30 | 4,28 | 4,8 | 22,0 | 143,7 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,7 | 1,1 | 17,0 | 84 |
| Итого за ужин | | 420 | 470 | 1,85 | 5,85 | 47,75/49,27 | 201,5/214,3 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1655 | 1910 | 47,27 | 55,7 | 244 | 1556/1741 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №59 | Каша пшенная на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 6,58 | 9,0 | 26,12 | 187,04 |
| ТК №3 | Чай сладкий | 180 | 200 | 2,34 | 2,34 | 14,2 | 84,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,68 | 0,28 | 20,12 | 96 |
| ТК №46 | Масло порционное | 5 | 5 | 3,3 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| Итого за завтрак | | 365 | 445 | 14,9 | 15,7 | 60,4 | 405,3 |
| 2 завтрак Пром. | Яблоки | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 44 |
| Итого за 2 завтрак | | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 44 |
| ОБЕД ТК №40 | Салат из огурцов | 40 | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| ТК №26 | Щи на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 4,2 | 7,2 | 7,1 | 113,2 |
| ТК №14,44 | Рыбные тефтели/запеченная рыба | 60 | 80 | 15,8 | 14,32 | 11,48 | 148 |
| ТК №8,28 | Перловый гарнир со сметанным соусом | 120 | 120 | 4,3 | 6,4 | 44,02 | 251,6 |
| ТК №51 | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 0,23 | 0,01 | 24,37 | 96,76 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 3,35 | 0,35 | 25,15 | 120 |
| Итого за обед | | 620 | 720 | 28,3 | 28,3 | 113,6 | 737,9 |
| ПОЛДНИК ТК №64 | Снежок | 180 | 200 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,68 | 0,28 | 20,12 | 96 |
| Итого за полдник | | 210 | 230 | 7,03 | 5,08 | 26,6 | 184,5 |
| УЖИН ТК №89 | Макароны с сыром | 180 | 200 | 11,17 | 10,28 | 31,78 | 264 |
| ТК №66 | Кисель плодово-ягодный | 180 | 200 | 0,2 | 0 | 18 | 60 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,68 | 0,28 | 20,12 | 96 |
| Итого за ужин | | 390 | 440 | 14,05 | 10,5 | 69,9 | 420 |
| Хлеб за весь день | | 130 | 170 | 11,39 | 1,19 | 85,5 | 408 |
| Итого за день | | 1685 | 1935 | 64,6 | 59,9 | 280,3 | 1791 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 1 День 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №35 | Каша рисовая на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156 |
| ТК №6 | Кофейный напиток на сгущенном молоке | 180 | 200 | 2,37 | 2 | 11,96 | 83,85 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за завтрак | | 360 | 440 | 10,5 | 16,8 | 44,86 | 375,85 |
| 2 завтрак ТК №398 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| ОБЕД ТК №15 | Суп с клецками на мясном бульоне | 180 | 200 | 1,7/1,8 | 4,0/4,4 | 9,61/11,9 | 90,2/94,5 |
| ТК №32 | Бигус с говядиной/Сложный гарнир | 180 | 200 | 6,4/16,2 | 9,8/16,2 | 10,6/12,9 | 225/319 |
| ТК №51 | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 0,2 | 0,1 | 12,5 | 51,6 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 580 | 660 | 10/21 | 19/23,3 | 44,11/50,2 | 462,2/550,4 |
| ПОЛДНИК ТК №49 | Чай | 180 | 200 | 0,16 | 0 | 14,9 | 57 |
| ТК №34 | Вафли | 25 | 25 | 4,9 | 4,0 | 6,7 | 82,1 |
| Итого за полдник | | 205 | 225 | 8,1 | 9 | 39 | 270 |
| УЖИН ТК №79 | Картофельное пюре | 150 | 170 | 3,44/5,5 | 3,1/4,04 | 20,0/30,3 | 130/198,7 |
| ТК №25 | Салат из малосоленой сельди с луком/с кабачковой икрой | 40 | 60 | 1,87 | 0,85 | 5,09 | 36,41 |
| ТК №50 | Чай с молоком, конфета | 180/20 | 200/20 | 0,50 | 1,70 | 15,60 | 390 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 400 | 460 | 7/9,4 | 6/6,94 | 55/65 | 212,6/276,6 |
| Хлеб за весь день | | 95 | 135 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1545 | 1815 | 35,1/52,5 | 66/67 | 176/217 | 1590/1800 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 2 День 6 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №35 | Каша геркулесовая на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156 |
| ТК №2 | Чай с лимоном | 180 | 200 | 0,13 | 0,01 | 1,81 | 60,15 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за завтрак | | 360 | 440 | 8,3 | 14,19 | 34,71 | 352,1 |
| 2 завтрак ТК №442 | Сок | 100 | 100 | 0,7 | 0 | 10,2 | 47,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 100 | 100 | 0,7 | 0 | 10,2 | 47,0 |
| ОБЕД ТК №38,67 | Салат из капусты с морковью/Салат из зел.горошка с луком | 40 | 60 | 1,93 | 2,62 | 2,9 | 32,1 |
| ТК №94 | Суп «Харчо» на курином бульоне со сметаной | 180 | 200 | 1,8 | 4,4 | 11,9 | 94,5 |
| ТК №27 | Чахохбили с отварными рожками | 180 | 200 | 18,6 | 12,0 | 5,6 | 222,8 |
| ТК №11 | Компот Ассорти | 180 | 200 | 0,4 | 0,1 | 14,5 | 60,1 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 620 | 720 | 21 | 23,3 | 50,2 | 550,4 |
| ПОЛДНИК ТК №31 | Молоко цельное | 180 | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116 |
| ТК №30 | Творожные калачи/творожная запеканка | 50 | 50 | 28,9 | 15,8 | 79,8 | 571 |
| Итого за полдник | | 230 | 250 | 8,1 | 9 | 39 | 687 |
| УЖИН ТК №91 | Кулеш молочный пшенный | 180 | 200 | 19,6 | 3,1/4,04 | 20,0/30,3 | 130/198,7 |
| ТК №3 | Чай сладкий | 180 | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 390 | 430 | 7/9,4 | 6/6,94 | 55/65 | 212,6/276,6 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 120 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1695 | 1905 | 35,1/52,5 | 66/67 | 176/217 | 1590/1800 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 2 День 7 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №65 | Каша молочная вермишелевый | 150 | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156 |
| ТК №48 | Какао напиток; «Д»-чай | 180 | 200 | 6,2 | 6,2 | 25,34 | 181,18 |
| ТК №9 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 40/20 | 6,68 | 8,45 | 19,39 | 180 |
| Итого за завтрак | | 380 | 450 | 18,64 | 21,3 | 63,01 | 517,1 |
| 2 завтрак Пром. | Фрукты | 100 | 100 | 1,3 | 4,3 | 9,8 | 83 |
| Итого за 2 завтрак | | 100 | 100 | 1,3 | 4,3 | 9,8 | 83 |
| ОБЕД ТК №24 | Салат из сельди с луком | 40 | 60 | 5,3 | 6,5 | 0,91 | 116 |
| ТК №42 | Борщ на мяс.бульоне, со сметаной | 180 | 200 | 4,1 | 7,16 | 20,93 | 145 |
| ТК №23,74,79 | Картофель по-домашнему/Гуляш с картофельным пюре | 180 | 200 | 13,9/20,6 | 14,1/16,3 | 15,0/15,2 | 243,5/250 |
| ТК №66 | Кисель плодово-ягодный | 180 | 200 | 0 | 0 | 18 | 60 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 620 | 720 | 25,7/32,4 | 35,3/37,5 | 69,4/69/6 | 405,9/552,8 |
| ПОЛДНИК ТК №64 | Ряженка | 180 | 200 | 4,28 | 4,8 | 6 | 88,5 |
| Пром. | Пряник/печенье | 30 | 30 | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 |
| Итого за полдник | | 210 | 230 | 4,36 | 9,0 | 42,13 | 262,1 |
| УЖИН ТК №19,56 | Омлет с зеленым горошком/Рыба под омлетом | 180 | 200 | 6,28/9,99 | 7,25/8,64 | 2,56/112,48 | 100/169,27 |
| ТК №3 | Чай сладкий | 180 | 200 | 0,2 | 0,1 | 141 | 41 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 390 | 430 | 6,89/8,72 | 13,05/15,61 | 23,97/30,49 | 232,2/286,4 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1700 | 1930 | 51/63 | 70/85 | 232/270 | 1620/1906 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 2 День 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №36 | Каша пшеничная на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 6,4/7,39 | 8,45/9,7 | 28,9/32,74 | 219/236,28 |
| ТК №3 | Чай сладкий | 180 | 200 | 0 | 0 | 8,98 | 30 |
| ТК №46 | Бутерброд с маслом | 30/5 | 30/5 | 0,25 | 1,9 | 0,15 | 32,0 |
| Итого за завтрак | | 365 | 450 | 6,45/7,64 | 10,35/11,6 | 38,03/41,87 | 281/298 |
| 2 завтрак ТК №398 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| ОБЕД ТК №22 | Суп Охотничий на мясном бульоне, со сметаной | 180 | 200 | 7,1 | 4,3 | 18,5 | 141,2 |
| ТК №16 | Азу | 60 | 80 | 11,6 | 6,3 | 3,3 | 118 |
| ТК №17 | Гарнир пшенный | 120 | 120 | 10,9/11,0 | 9,5/15,3 | 16,04/25,2 | 226/331 |
| ТК №51 | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 0,17/0,20 | 0 | 19,6/21,1 | 79,9/82,3 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 580 | 660 | 30,5/30,9 | 22,8/28,6 | 62,04/72,7 | 610,8/718,2 |
| ПОЛДНИК ТК №50 | Чай с молоком | 180 | 200 | 3,7/5,0 | 3,7/5,0 | 17,25/22,1 | 112,5/150,0 |
| ТК №83-87 | Булочка/Манный торт | 50 | 50 | 1,0 | 1,0 | 24 | 109 |
| Итого за полдник | | 230 | 250 | 3,7/5,0 | 3,7/5,0 | 17,25/22,10 | 321,5/259,0 |
| УЖИН ТК №95 | Кулеш гречневый на молоке, с маслом | 180 | 200 | 5,8/6,17 | 6,4/8,0 | 26,32/32,72 | 146,9/182,2 |
| ТК №49 | Чай с конфетой | 180/20 | 200/20 | 0,50 | 1,7 | 15,6 | 390 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 410 | 450 | 19,1 | 12,7 | 32,3 | 601/650 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1630 | 1820 | 67/72 | 52/62 | 199/233 | 1867/2150 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 2 День 9 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №35 | Каша кукурузная на молоке со сливочным маслом | 150 | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156 |
| ТК №6 | Кофейный напиток на цельном молоке; «Д»-чай | 180 | 200 | 3,03 | 2,65 | 15,7 | 118 |
| ТК №9 | Бутерброд с сыром | 30/20 | 40/20 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139 |
| Итого за завтрак | | 380 | 450 | 13,52 | 16 | 48,54 | 413 |
| 2 завтрак Пром. | Фрукты | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 44 |
| Итого за 2 завтрак | | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,8 | 44 |
| ОБЕД Пром. | Салат из соленных томатов/огурцов | 40 | 60 | 3,71 | 4,33 | 4,70 | 64,6 |
| ТК №21 | Суп свекольник на мяс.бульоне, со сметаной | 180 | 200 | 1,87 | 0,85 | 5,09 | 36,41 |
| ТК №44 | Котлета рыбная | 60 | 80 | 15,8 | 4,32 | 11,48 | 148 |
| ТК №78,88 | Гарнир рисовый, соус основной | 120 | 150 | 11,74/17,51 | 10,38/13,3 | 19,66/29,46 | 239,2/342 |
| ТК №11 | Компот Ассорти | 180 | 200 | 0,17/0,20 | 0 | 19,6/21,1 | 79,9/82,3 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 620 | 720 | 41,5 | 29,4 | 104,5 | 704,1 |
| ПОЛДНИК ТК №64 | Снежок | 180 | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за полдник | | 200 | 220 | 8,3 | 13,9 | 24,02 | 256 |
| УЖИН ТК №54 | Овощи тушенные | 180 | 200 | 4,9/5,4 | 7,9/10,6 | 11,3/15,0 | 130,2/138,2 |
| ТК №66 | Кисель плодово-ягодный | 180 | 200 | 0,16 | 0 | 14,9 | 57 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 390 | 430 | 8,01 | 18,1 | 44,52 | 231 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1690 | 1920 | 45/48 | 58/65 | 214/252 | 1661/1800 |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАДОУ ЦРР
Детский сад №29 г.Кызыла
Чебыкина Т.В.

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда ясли 1,5-3 лет | Вес блюда Сад 3-7 лет | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Б | Ж | У | |
| Неделя 2 День 10 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК ТК №1 | Каша Дружба молочная с сливочным маслом | 150 | 200 | 4,28 | 10,1 | 26 | 223 |
| ТК №3 | Чай сладкий | 180 | 200 | 0,2 | 0,1 | 11 | 41 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за завтрак | | 360 | 440 | 6,9 | 17,8 | 51,62 | 359,4 |
| 2 завтрак ТК №398 | Напиток из плодов шиповника | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| Итого за 2 завтрак | | 150 | 180 | 0,61 | 0,25 | 18,67 | 79,0 |
| ОБЕД ТК №113 | Салат Зимний | 40 | 60 | 1,0 | 4,14 | 7,04 | 70,19 |
| ТК №101 | Суп «по-гречески» на мясном бульоне | 180 | 200 | 1,36/2,23 | 3,23/6,4 | 5,89/9,9 | 60,25/113 |
| ТК №81 | Голубцы ленивые/Суфле перловое | 180 | 200 | 21,71 | 16,55 | 15,02 | 296 |
| ТК | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 0,17/0,20 | 0 | 19,6/21,1 | 79,9/82,3 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 40 | 60 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за обед | | 580 | 660 | 25,6/26,5 | 27,3/30,5 | 55,3/60,7 | 572,1/627,3 |
| ПОЛДНИК ТК №50 | Чай с молоком | 180 | 200 | 5,66 | 6,8 | 25,4 | 176,6 |
| ТК №34 | Вафли | 25 | 25 | 0,96 | 0,84 | 24,3 | 88,54 |
| Итого за полдник | | 200 | 220 | 6,62 | 7,64 | 49,34 | 265,1 |
| УЖИН ТК №92 | Суп лапша по-домашнему | 180 | 200 | 1,8/2,0 | 5,8/6,35 | 16,58/18,1 | 78,5/91,3 |
| ТК №2 | Чай с лимоном | 180 | 200 | 0,2 | 0,1 | 11 | 45 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136 |
| Итого за ужин | | 420 | 470 | 4,45 | 13,9 | 43,7 | 272,3 |
| Хлеб за весь день | | 100 | 130 | 7,7/10,01 | 3,0/3,9 | 49,8/64,74 | 262,0/334,1 |
| Итого за день | | 1560 | 1790 | 44/50 | 49/57 | 213/248 | 1364/1787 |