МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР "ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 234"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР "ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 234"
Дата: 2025.04.17 15:04:15 +03'00'

ДОУ 234 Сад зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	
180	*Суп молочный слизистый(180) **	Витамин С-2, белки-5, Углеводы-17, Калорийность-133, Жиры-5
170	*Кофейный напиток с молоком(170)*	Углеводы-14, Жиры-2, Калорийность-73, белки-3, Витамин С-1
100	*Яблоки(100) **	Витамин С-11, Жиры-0, Калорийность-51, белки-0, Углеводы-11
47	*Бутерброд с маслом и сыром(30/10/5) **	Углеводы-20, Калорийность-169, белки-7, Жиры-11
497	**Итого за Завтрак**	Витамин С-14, белки-15, Углеводы-62, Калорийность-426, Жиры-18
	Завтрак 2	
180	*Соки фруктовые и ягодные тетра*	
180	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
180	*Компот из кураги(180) **	Жиры-0, белки-1, Витамин С-1, Углеводы-16, Калорийность-87
181	*Щи из свежей капусты с*	Жиры-7, Калорийность-123, Углеводы-8, белки-2, Витамин С-27
75	*Гуляш из отварного мяса(75) **	белки-12, Жиры-12, Углеводы-3, Калорийность-127, Витамин С-5
65	*Салат из соленых огурцов с*	Калорийность-37, Углеводы-2, Жиры-3, белки-1, Витамин С-8
130	*Макаронные изделия отварные с*	белки-6, Калорийность-123, Углеводы-39, Жиры-4
24	*Хлеб пшеничный(25) **	белки-2, Калорийность-59, Жиры-0, Углеводы-12
25	*Хлеб ржаной(25) **	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
680	**Итого за Обед**	Жиры-26, белки-26, Витамин С-41, Углеводы-90, Калорийность-674
	Полдник	
25	*Печенье(25) **	Калорийность-104, белки-3, Углеводы-21, Жиры-3
224	*Варенец(225) **	Витамин С-2, белки-5, Жиры-7, Калорийность-120, Углеводы-39
249	**Итого за Полдник**	Калорийность-224, белки-8, Углеводы-60, Жиры-10, Витамин С-2
	Ужин	
25	*Хлеб ржаной(25) **	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
200	*Чай с сахаром(200) **	Калорийность-36, Углеводы-6
70	*Печень, тушеная в сметане(70) **	Калорийность-125, Витамин С-32, Углеводы-7, Жиры-6, белки-18
150	*Каша рассыпчатая гречневая(150) **	белки-6, Калорийность-217, Углеводы-38, Жиры-5
60	*Салат из зеленого горошка(60) **	Витамин С-10, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-60, белки-3
505	**Итого за Ужин**	белки-29, Калорийность-556, Жиры-14, Углеводы-66, Витамин С-42
2 111	**Итого за день**	Витамин С-99, белки-78, Углеводы-278, Калорийность-1 880, Жиры-68

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

ДОУ 234 Ясли зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	
170	Кофейный напиток с молоком(170)	Углеводы-14, Жиры-2, Калорийность-73, белки-3, Витамин С-1
95	Яблоки(95) *	Витамин С-11, Жиры-1, белки-1, Калорийность-53, Углеводы-11
37	Бутерброд с маслом и сыром(20	Жиры-9, Углеводы-17, Витамин С-0, Калорийность-136, белки-5
150	Суп молочный слизистый(150) *	Калорийность-103, белки-4, Витамин С-1, Жиры-4, Углеводы-13
452	**Итого за Завтрак**	Углеводы-55, Жиры-16, Калорийность-365, белки-13, Витамин С-13
	Завтрак 2	
150	Соки фруктовые и ягодные тетра	
150	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
150	Компот из кураги(150) *	Углеводы-0, Жиры-0, белки-1, Витамин С-1, Калорийность-59
150	Щи из свежей капусты с	белки-1, Калорийность-61, Жиры-6, Витамин С-23, Углеводы-6
110	Макаронные изделия отварные с	Углеводы-37, Жиры-3, белки-6, Калорийность-147
60	Гуляш из отварного мяса(60) *	Жиры-10, Витамин С-3, Углеводы-3, Калорийность-141, белки-10
20	Хлеб ржаной(20) *	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
19	Хлеб пшеничный(20) *	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
40	Салат из соленых огурцов с	Калорийность-29, Жиры-2, Витамин С-5, белки-0, Углеводы-1
549	**Итого за Обед**	Углеводы-65, Жиры-21, белки-21, Витамин С-32, Калорийность-522
	Полдник	
20	Печенье(20) *	Калорийность-83, белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
199	Варенец(200) *	Калорийность-110, белки-5, Жиры-6, Углеводы-39, Витамин С-2
219	**Итого за Полдник**	Калорийность-193, белки-7, Жиры-8, Углеводы-53, Витамин С-2
	Ужин	
20	Хлеб ржаной(20) *	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
60	Печень, тушеная в сметане(60) *	белки-14, Витамин С-25, Углеводы-6, Калорийность-107, Жиры-5
40	Салат из зеленого горошка(40) *	Углеводы-5, Витамин С-9, Жиры-3, Калорийность-43, белки-2
180	Чай с сахаром(180) *	Калорийность-30, Углеводы-8
120	Каша рассыпчатая гречневая(120) *	Жиры-4, белки-5, Углеводы-30, Калорийность-175
420	**Итого за Ужин**	белки-22, Калорийность-393, Жиры-12, Углеводы-57, Витамин С-34
1 790	**Итого за день**	Углеводы-250, Жиры-57, Калорийность-1 473, белки-63, Витамин С-81

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО

15 апреля 2025

ДОУ 234 Сад зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	
200	***Каша жидкая пшенная(200) ****	Углеводы-30, Витамин С-2, Жиры-9, белки-8, Калорийность-229
25	***Хлеб ржаной(25) ****	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
25	***Рожок(25) ****	белки-3, Жиры-2, Калорийность-125, Углеводы-23
180	***Какао с молоком(180) *.***	белки-3, Калорийность-94, Витамин С-1, Жиры-3, Углеводы-14
100	***Яблоки(100) ****	Витамин С-11, Жиры-0, Калорийность-51, белки-0, Углеводы-11
530	**Итого за Завтрак**	Углеводы-88, Витамин С-14, Жиры-14, белки-16, Калорийность-617
	Завтрак 2	
181	***Соки фруктовые и ягодные***	
181	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
25	***Хлеб ржаной(25) ****	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
200	***Компот из сухофруктов(200) ****	Углеводы-10, Калорийность-39
60	***Салат из свеклы с***	Витамин С-7, белки-1, Углеводы-13, Калорийность-35, Жиры-3
180	***Суп картофельный на мясном***	Витамин С-40, Калорийность-154, Углеводы-31, белки-4, Жиры-1
23	***Хлеб пшеничный(25) ****	белки-2, Калорийность-59, Жиры-0, Углеводы-12
130	***Картофель отварной(130) ****	Витамин С-48, Калорийность-135, белки-5, Жиры-7, Углеводы-39
80	***Бефстроганов из отварного***	Калорийность-131, Жиры-14, белки-16, Витамин С-0, Углеводы-3
698	**Итого за Обед**	белки-30, Калорийность-671, Жиры-25, Углеводы-118, Витамин С-95
	Полдник	
25	***Вафли(25) ****	Калорийность-71, белки-1, Жиры-1, Углеводы-16
251	***Напиток из груши дички(250) ****	
276	**Итого за Полдник**	Калорийность-71, белки-1, Жиры-1, Углеводы-16
	Ужин	
25	***Хлеб ржаной(25) ****	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
60	***Икра кабачковая(60) *****	Витамин С-4, Углеводы-5, Калорийность-25, Жиры-6, белки-1
80	***Тефтели рыбные тушеные(80) ****	белки-10, Калорийность-118, Жиры-4, Углеводы-10
200	***Чай с сахаром(200) ****	Калорийность-36, Углеводы-6
150	***Рис отварной с овощами(150) ****	Калорийность-160, Углеводы-47, Жиры-6, Витамин С-7, белки-5
515	**Итого за Ужин**	белки-18, Калорийность-457, Жиры-16, Углеводы-78, Витамин С-11
2 200	**Итого за день**	Углеводы-300, Витамин С-120, Жиры-56, белки-65, Калорийность-1 816

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО

15 апреля 2025

ДОУ 234 Ясли зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	
95	***Яблоки(95) ****	Витамин С-11, Жиры-1, белки-1, Калорийность-53, Углеводы-11
130	***Каша жидкая пшенная(130) ****	белки-5, Витамин С-1, Калорийность-155, Жиры-7, Углеводы-19
20	***Рожок(20) ****	Жиры-2, Калорийность-109, Углеводы-20, белки-3
20	***Хлеб ржаной(20) ****	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
171	***Какао с молоком(170) ****	Углеводы-12, Витамин С-1, белки-3, Калорийность-81, Жиры-3
436	**Итого за Завтрак**	Витамин С-13, Жиры-13, белки-13, Калорийность-436, Углеводы-70
	Завтрак 2	
151	***Соки фруктовые и ягодные***	
151	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
20	***Хлеб ржаной(20) ****	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
18	***Хлеб пшеничный(20) ****	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
40	***Салат из свеклы с***	Калорийность-11, белки-1, Витамин С-5, Углеводы-9, Жиры-2
160	***Суп картофельный на мясном***	Жиры-1, Углеводы-28, Калорийность-138, белки-4, Витамин С-36
150	***Компот из сухофруктов(150) ****	Углеводы-6, Калорийность-25
60	***Бефстроганов из отварного***	белки-12, Углеводы-2, Жиры-11, Калорийность-135, Витамин С-0
110	***Картофель отварной(110) ****	белки-4, Витамин С-40, Жиры-6, Калорийность-126, Углеводы-32
558	**Итого за Обед**	белки-24, Калорийность-520, Жиры-20, Углеводы-95, Витамин С-81
	Полдник	
203	***Кефир(200) ****	Углеводы-8, Витамин С-1, Жиры-6, Калорийность-118, белки-6
15	***Вафли(15) ****	Калорийность-71, Углеводы-16, белки-1, Жиры-1
218	**Итого за Полдник**	Углеводы-24, Витамин С-1, Жиры-7, Калорийность-189, белки-7
	Ужин	
20	***Хлеб ржаной(20) ****	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
110	***Рис отварной с овощами(110) ****	Жиры-4, белки-3, Калорийность-143, Углеводы-26, Витамин С-5
170	***Чай с сахаром(170) ****	Калорийность-33, Углеводы-8
40	***Икра кабачковая(40) ****	Витамин С-6, Калорийность-27, Жиры-8, белки-2, Углеводы-7
60	***Тефтели рыбные тушеные(60) ****	Жиры-3, белки-9, Углеводы-9, Витамин С-1, Калорийность-96
400	**Итого за Ужин**	белки-15, Калорийность-337, Жиры-15, Углеводы-58, Витамин С-12
1 763	**Итого за день**	Витамин С-107, Жиры-55, белки-59, Калорийность-1 482, Углеводы-247

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

16 апреля 2025

ДОУ 234 Сад зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	
180	***Чай с молоком(180) ****	Калорийность-82, Жиры-3, Углеводы-11, белки-3, Витамин С-1
180	***Суп молочный гречневый(180) ****	белки-2, Углеводы-15, Калорийность-91, Жиры-3
25	***Хлеб ржаной(25) ****	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
25	***Рожок(25) ****	белки-3, Жиры-2, Калорийность-125, Углеводы-23
410	**Итого за Завтрак**	Калорийность-416, Жиры-8, Углеводы-59, белки-10, Витамин С-1
	Завтрак 2	
182	***Соки фруктовые и ягодные***	
182	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
25	***Хлеб ржаной(25) ****	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
180	***Бульон из птицы детский(180) ****	Витамин С-1, белки-4, Жиры-4, Углеводы-0, Калорийность-44
27	***Хлеб пшеничный(25) ****	белки-2, Калорийность-59, Жиры-0, Углеводы-12
180	***Компот из кураги(180) ****	Жиры-0, белки-1, Витамин С-1, Углеводы-16, Калорийность-87
80	***Печень по-строгановски(80) ****	Жиры-6, Калорийность-94, Углеводы-9, Витамин С-33, белки-16
65	***Салат из свеклы с огурцами***	Углеводы-7, Жиры-6, Калорийность-48, белки-1
130	***Картофель в молоке(130) ****	Витамин С-30, Жиры-6, Углеводы-26, белки-4, Калорийность-103
687	**Итого за Обед**	белки-30, Калорийность-553, Жиры-22, Углеводы-80, Витамин С-65
	Полдник	
226	***Варенец(225) ****	Витамин С-2, белки-5, Жиры-7, Калорийность-120, Углеводы-39
25	***Печенье(25) ****	Калорийность-104, белки-3, Углеводы-21, Жиры-3
251	**Итого за Полдник**	Витамин С-2, белки-8, Жиры-10, Калорийность-224, Углеводы-60
	Ужин	
25	***Хлеб пшеничный(25) ****	белки-2, Калорийность-59, Жиры-0, Углеводы-12
180	***Кофейный напиток с молоком***	Калорийность-95, Жиры-3, белки-2, Углеводы-16
93	***Апельсины(100) ****	Калорийность-49, Углеводы-9, белки-1, Жиры-0, Витамин С-68
153	***Пудинг из творога***	белки-24, Витамин С-1, Углеводы-35, Жиры-19, Калорийность-414
451	**Итого за Ужин**	белки-29, Калорийность-617, Жиры-22, Углеводы-72, Витамин С-69
1 981	**Итого за день**	Калорийность-1 810, Жиры-62, Углеводы-271, белки-77, Витамин С-137

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

16 апреля 2025

ДОУ 234 Ясли зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	

170	*Чай с молоком(170) **	Углеводы-11, Витамин С-1, Калорийность-78, Жиры-2, белки-3
20	*Рожок(20) **	Жиры-2, Калорийность-109, Углеводы-20, белки-3
20	*Хлеб ржаной(20) **	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
150	*Суп молочный гречневый(150) **	белки-4, Калорийность-109, Витамин С-1, Углеводы-14, Жиры-4
360	**Итого за Завтрак**	Углеводы-53, Витамин С-2, Калорийность-334, Жиры-8, белки-11
	Завтрак 2	
151	*Соки фруктовые и ягодные*	
151	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
20	*Хлеб ржаной(20) **	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
43	*Салат из свеклы с огурцами*	Витамин С-5, Углеводы-3, Калорийность-37, Жиры-3, белки-1
110	*Картофель в молоке(110) **	Углеводы-20, Жиры-3, белки-3, Калорийность-100, Витамин С-23
60	*Печень по-строгановски(60) **	Калорийность-120, Жиры-7, Витамин С-30, Углеводы-9, белки-14
20	*Хлеб пшеничный(20) **	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
150	*Бульон из птицы детский(150) **	белки-4, Жиры-4, Витамин С-1, Калорийность-49, Углеводы-0
150	*Компот из кураги(150) **	Углеводы-0, Жиры-0, белки-1, Витамин С-1, Калорийность-59
553	**Итого за Обед**	белки-26, Калорийность-450, Жиры-17, Углеводы-50. Витамин С-60
	Полдник	
20	*Печенье(20) **	Калорийность-83, белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
203	*Варенец(200) **	Калорийность-110, белки-5, Жиры-6, Углеводы-39, Витамин С-2
223	**Итого за Полдник**	Калорийность-193, белки-7, Жиры-8, Углеводы-53. Витамин С-2
	Ужин	
20	*Хлеб пшеничный(20) **	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
88	*Апельсины(95) **	белки-1, Жиры-0, Витамин С-63, Калорийность-45, Углеводы-9
170	*Кофейный напиток с молоком*	Калорийность-102, Углеводы-17, Жиры-3, белки-2
133	*Пудинг из творога*	Витамин С-1, Жиры-17, белки-22, Калорийность-231, Углеводы-30
411	**Итого за Ужин**	Калорийность-425, Жиры-20, Углеводы-66, белки-27, Витамин С-64
1 698	**Итого за день**	Углеводы-222, Витамин С-128, Калорийность-1 402, Жиры-53, белки-71

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

17 апреля 2025

ДОУ 234 Сад зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
170	Кофейный напиток с	Углеводы-14, Жиры-2, Калорийность-73, белки-3, Витамин С-1
200	Каша вязкая "Геркулес"(200) *	Витамин С-2, Калорийность-227, Жиры-9, белки-8, Углеводы-28
46	Бутерброд с маслом и	Углеводы-20, Калорийность-169, белки-7, Жиры-11
100	Яблоки(100) *	Витамин С-11, Жиры-0, Калорийность-51, белки-0, Углеводы-11
24	Хлеб ржаной(25) *	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
540	**Итого за Завтрак**	Углеводы-83, Жиры-22, Калорийность-638, белки-20, Витамин С-14
	Завтрак 2	
180	Соки фруктовые и ягодные	
180	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
24	Хлеб ржаной(25) *	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
180	Кисель из свежих ягод(180) *	Углеводы-24, Жиры-0, Витамин С-2, белки-0, Калорийность-96
25	Хлеб пшеничный(25) *	белки-2, Калорийность-59, Жиры-0, Углеводы-12
80	Птица отварная(80) *	Витамин С-3, Калорийность-89, белки-20, Углеводы-0, Жиры-20
130	Капуста тушеная(130) *	Жиры-6, белки-5, Углеводы-14, Витамин С-102, Калорийность-135
180	Суп картофельный(180) *	белки-2, Витамин С-26, Углеводы-19, Жиры-2, Калорийность-69
619	**Итого за Обед**	белки-31, Калорийность-566, Жиры-28, Углеводы-79, Витамин С-133
	Полдник	
25	Вафли(25) *	Калорийность-71, белки-1, Жиры-1, Углеводы-16
226	Биокефир(225) *	Витамин С-2, Калорийность-138, Жиры-6, Углеводы-13, белки-8
251	**Итого за Полдник**	Калорийность-209, белки-9, Жиры-7, Углеводы-29, Витамин С-2
	Ужин	
60	Салат из зеленого горошка(60) *	Витамин С-10, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-60, белки-3
200	Чай с сахаром(200) *	Калорийность-36, Углеводы-6
25	Хлеб пшеничный (25) *	Жиры-0, Углеводы-12, белки-2, Калорийность-59
150	Картофель отварной(150) *	Калорийность-135, Жиры-7, Углеводы-39, Витамин С-48, белки-5
80	Котлеты рыбные	Углеводы-8, Калорийность-119, Жиры-5, белки-12
515	**Итого за Ужин**	Витамин С-58, Жиры-15, Углеводы-70, Калорийность-409, белки-22
2 105	**Итого за день**	Углеводы-261, Жиры-72, Калорийность-1 822, белки-82, Витамин С-207

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

17 апреля 2025

ДОУ 234 Ясли зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
170	***Кофейный напиток с***	Углеводы-14, Жиры-2, Калорийность-73, белки-3, Витамин С-1
19	***Хлеб ржаной(20) ****	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
150	***Каша вязкая "Геркулес"(150) ****	Витамин С-1, белки-6, Углеводы-23, Жиры-8, Калорийность-115
95	***Яблоки(95) ****	Витамин С-11, Жиры-1, белки-1, Калорийность-53, Углеводы-11
38	***Бутерброд с маслом и сыром(20***	Жиры-9, Углеводы-17, Витамин С-0, Калорийность-136, белки-5
472	**Итого за Завтрак**	Углеводы-73, Жиры-20, Калорийность-415, белки-16, Витамин С-13
	Завтрак 2	
150	***Соки фруктовые и ягодные***	
150	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
19	***Хлеб ржаной(20) ****	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
110	***Капуста тушеная(110) ****	Калорийность-96, Углеводы-10, Витамин С-73, Жиры-5, белки-3
20	***Хлеб пшеничный(20) ****	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
150	***Кисель из свежих ягод(150) ****	Витамин С-2, Углеводы-17, Жиры-0, белки-0, Калорийность-67
150	***Суп картофельный(150) ****	Калорийность-109, Жиры-6, Витамин С-16, белки-2, Углеводы-12
60	***Птица отварная(60) ****	Калорийность-110, Жиры-15, Углеводы-0, Витамин С-2, белки-15
509	**Итого за Обед**	белки-23, Калорийность-467, Жиры-26, Углеводы-57, Витамин С-93
	Полдник	
15	***Вафли(15) ****	Калорийность-71, Углеводы-16, белки-1, Жиры-1
200	***Биокефир(200) ****	Витамин С-1, Жиры-5, Углеводы-11, белки-7, Калорийность-126
215	**Итого за Полдник**	Калорийность-197, Углеводы-27, белки-8, Жиры-6, Витамин С-1
	Ужин	
20	***Хлеб пшеничный(20) ****	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
110	***Картофель отварной(110) ****	белки-4, Витамин С-40, Жиры-6, Калорийность-126, Углеводы-32
60	***Котлеты рыбные***	Жиры-3, Углеводы-6, белки-9, Калорийность-91
170	***Чай с сахаром(170) ****	Калорийность-33, Углеводы-8
40	***Салат из зеленого горошка(40) ****	Углеводы-5, Витамин С-9, Жиры-3, Калорийность-43, белки-2
400	**Итого за Ужин**	Калорийность-340, Жиры-12, Углеводы-61, белки-17, Витамин С-49
1 746	**Итого за день**	Углеводы-218, Жиры-64, Калорийность-1 419, белки-64, Витамин С-156

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

18 апреля 2025

ДОУ 234 Сад зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	
200	Суп молочный рисовый(200) *	белки-5, Углеводы-20, Жиры-5, Калорийность-150, Витамин С-2
100	Яблоки(100) *	Витамин С-11, Жиры-0, Калорийность-51, белки-0, Углеводы-11
180	Какао с молоком(180) *.	белки-3, Калорийность-94, Витамин С-1, Жиры-3, Углеводы-14
25	Рожок(25) *	белки-3, Жиры-2, Калорийность-125, Углеводы-23
505	**Итого за Завтрак**	белки-11, Углеводы-68, Жиры-10, Калорийность-420, Витамин С-14
	Завтрак 2	
181	Соки фруктовые и ягодные	
181	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
24	Хлеб пшеничный(25) *	белки-2, Калорийность-59, Жиры-0, Углеводы-12
200	Суп картофельный с бобовыми	белки-8, Углеводы-28, Витамин С-25, Жиры-6, Калорийность-121
25	Хлеб ржаной(25) *	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
180	Компот из яблок(180) *	Витамин С-4, белки-0, Углеводы-11, Жиры-0, Калорийность-48
200	Жаркое по-домашнему(200) *	Жиры-23, Углеводы-32, Калорийность-249, Витамин С-43, белки-25
57	Салат из картофеля с солеными	Жиры-3, Углеводы-8, Калорийность-64, Витамин С-9, белки-1
686	**Итого за Обед**	белки-38, Калорийность-659, Жиры-32, Углеводы-101, Витамин С-81
	Полдник	
226	Кефир(225) *	Углеводы-9, Калорийность-130, белки-6, Витамин С-2, Жиры-7
25	Печенье(25) *	Калорийность-104, белки-3, Углеводы-21, Жиры-3
251	**Итого за Полдник**	Углеводы-30, Калорийность-234, белки-9, Витамин С-2, Жиры-10
	Ужин	
26	Хлеб ржаной(25) *	белки-2, Калорийность-118, Жиры-0, Углеводы-10
200	Чай с сахаром(200) *	Калорийность-36, Углеводы-6
70	Рыба, припущенная в молоке(70)	Витамин С-7, белки-11, Углеводы-2, Калорийность-143, Жиры-5
61	Икра кабачковая(60) **	Витамин С-4, Углеводы-5, Калорийность-25, Жиры-6, белки-1
150	Каша рассыпчатая	Углеводы-36, белки-8, Жиры-5, Калорийность-226
507	**Итого за Ужин**	белки-22, Калорийность-548, Жиры-16, Углеводы-59, Витамин С-11
2 130	**Итого за день**	белки-80, Углеводы-258, Жиры-68, Калорийность-1 861, Витамин С-108

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

18 апреля 2025

ДОУ 234 Ясли зима

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г)
	Завтрак	

20	Рожок(20) *	Жиры-2, Калорийность-109, Углеводы-20, белки-3
170	Какао с молоком(170) *	Углеводы-12, Витамин С-1, белки-3, Калорийность-81, Жиры-3
95	Яблоки(95) *	Витамин С-11, Жиры-1, белки-1, Калорийность-53, Углеводы-11
150	Суп молочный рисовый(150) *	Витамин С-1, белки-4, Жиры-4, Углеводы-13, Калорийность-103
435	**Итого за Завтрак**	Жиры-10, Калорийность-346, Углеводы-56, белки-11. Витамин С-13
	Завтрак 2	
150	Соки фруктовые и ягодные	
150	**Итого за Завтрак 2**	
	Обед	
160	Суп картофельный с бобовыми	белки-2, Калорийность-61, Жиры-2, Углеводы-8
160	Жаркое по-домашнему(160) *	белки-22, Витамин С-33, Углеводы-24, Калорийность-281, Жиры-20
19	Хлеб пшеничный(20) *	Калорийность-47, Жиры-0, Углеводы-10, белки-2
20	Хлеб ржаной(20) *	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
150	Компот из яблок(150) *	Калорийность-33, Жиры-0, белки-0, Витамин С-3, Углеводы-9
38	Салат из картофеля с солеными	Витамин С-4, Углеводы-4, Жиры-3, Калорийность-40, белки-1
547	**Итого за Обед**	белки-28, Калорийность-500, Жиры-25, Углеводы-63. Витамин С-40
	Полдник	
201	Кефир(200) *	Углеводы-8, Витамин С-1, Жиры-6, Калорийность-118, белки-6
20	Печенье(20) *	Калорийность-83, белки-2, Жиры-2, Углеводы-14
221	**Итого за Полдник**	Углеводы-22, Витамин С-1, Жиры-8, Калорийность-201. белки-8
	Ужин	
20	Хлеб ржаной(20) *	белки-1, Калорийность-38, Жиры-0, Углеводы-8
50	Рыба, припущенная в молоке(50)	Витамин С-6, Углеводы-2, белки-10, Жиры-4, Калорийность-107
40	Икра кабачковая(40) *	Витамин С-6, Калорийность-27, Жиры-8, белки-2, Углеводы-7
120	Каша рассыпчатая	Жиры-4, Калорийность-171, белки-6, Углеводы-27
180	Чай с сахаром(180) *	Калорийность-30, Углеводы-8
410	**Итого за Ужин**	белки-19, Калорийность-373, Жиры-16, Углеводы-52. Витамин С-12
1 763	**Итого за день**	Жиры-59, Калорийность-1 420, Углеводы-193. белки-66. Витамин С-66

Заведующий Кулакова Ольга Николаевна