

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБ ДОУ "Детский сад № 240"

Е.И.Хоменко

" 16 " января 2023г

	Ясли	
	Выход	Калорийн
<b>Завтрак</b>		
	40	63
Паста с овощами	150	139,4
Кофейный напиток	170	34
Хлеб пшеничный с маслом	30	147
<b>Итого на завтрак</b>	<b>390</b>	<b>383,4</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Яблоко	180	75,5
<b>Обед</b>		
Уха рыбацкая	115	54,45
Зразы мясные в томатной заливке	80	125,17
Каша ячневая с овощами	120	109,83
Компот из чернослива	150	62,1
Хлеб ржаной	40	69
<b>Итого на обед</b>	<b>505</b>	<b>420,55</b>
<b>Полдник</b>		
Плюшка кемеровская	40	120,28
Кефир	200	158
<b>Итого на полдник</b>	<b>240</b>	<b>278,28</b>
<b>Ужин</b>		
Рагу овощное с томатом	220	313
Чай полусладкий	170	24
Хлеб пшеничный	47	70
<b>Итого на ужин</b>	<b>437</b>	<b>407</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1752</b>	<b>1564,73</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 240"

Е.И. Ломенко

" 17 " января 2023г

	Сад	
	Выход	Калорий
<b>Завтрак</b>		
Каша рисовая молочная	200	149,53
Какао на молоке	200	98,61
Хлеб пшеничный с маслом	40	174
<b>Итого на завтрак</b>	<b>440</b>	<b>422,14</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Апельсин	210	70,5
<b>Обед</b>		
Салат из капусты с морковью	60	81,6
Свекольник с мясом со сметаной	217	106,7
Котлета мясная	80	202,1
Сложный гарнир	150	148,35
Отвар шиповника	200	117,5
Хлеб ржаной	50	84,38
<b>Итого на обед</b>	<b>757</b>	<b>740,63</b>
<b>Полдник</b>		
Вафли фруктовые	37	105,4
Снежок	200	137,3
<b>Итого на полдник</b>	<b>237</b>	<b>242,7</b>
<b>Ужин</b>		
Ёжики рыбные с томатным соусом	200	240,84
Чай полусладкий с молоком	200	50,02
Хлеб пшеничный	20	48
<b>Итого на ужин</b>	<b>420</b>	<b>338,86</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2064</b>	<b>1814,83</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 240"

Е.И. Ломенко

"18" января 2023г

	Сад	
	Выход	Калорийно
<b>Завтрак</b>		
Творожно-яичный омлет	200	339,05
Кофейный напиток с молоком	200	44
Бутерброд с повидлом	60	167,3
Хлеб пшеничный	10	23,5
<b>Итого на завтрак</b>	<b>470</b>	<b>573,85</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Апельсин	221	70,5
<b>Обед</b>		
Сельдь с луком	60	60,2
Суп овощной с птицей	215	120
Жаркое по домашнему	200	129
Компот из сухофруктов	200	84
Хлеб ржаной	50	84,38
<b>Итого на обед</b>	<b>725</b>	<b>477,58</b>
<b>Полдник</b>		
Сдоба обыкновенная	60	202
Кисломолочная продукция	200	1037
<b>Итого на полдник</b>	<b>260</b>	<b>1239</b>
<b>Ужин</b>		
Салат из капусты с яблоком	60	72
Пудинг из печени с морковью	200	304,7
Чай полусладкий	200	24
Хлеб пшеничный	48	70
<b>Итого на ужин</b>	<b>508</b>	<b>470,7</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2184</b>	<b>2831,63</b>

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад № 240"  
 "Е.И. Ломенко"

" 19 " января 2023г

	Сад	
	Выход	Калорий
<b>Завтрак</b>		
Каша молочная "Ассорти"	200	143,64
Какао на молоке	200	98,61
Хлеб пшеничный	30	74
<b>Итого на завтрак</b>	<b>430</b>	<b>316,25</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Яблоко	181	88
<b>Обед</b>		
Борщ с мясом со сметаной	200	96,2
Рыба запечёная	70	127
Каша гречневая с овощами	150	215
Компот из яблок и апельсинов	200	54
Хлеб ржаной	50	84,38
<b>Итого на обед</b>	<b>670</b>	<b>576,58</b>
<b>Полдник</b>		
Булочка молочная	50	173
Снежок	200	137
<b>Итого на полдник</b>	<b>250</b>	<b>310</b>
<b>Ужин</b>		
Яйцо отварное	40	63
Каша манная молочная	200	238,4
Чай полусладкий	200	24,4
Хлеб пшеничный	60	133
<b>Итого на ужин</b>	<b>500</b>	<b>458,8</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2031</b>	<b>1749,63</b>

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБ ДОУ "Детский сад № 240"

Е.И.Хоменко

" 20 " января 2023г

	Сад	
	Выход	Калорий
<b>Завтрак</b>		
Каша молочная "Дружба"	200	180,8
Кофейный напиток с молоком	200	98,61
Хлеб пшеничный	30	74
<b>Итого на завтрак</b>	<b>430</b>	<b>353,41</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Соки	194	88
<b>Обед</b>		
Щи из свежей капусты с мясом со сметаной	192	51
Плов с мясом и перловой крупой	180	361,7
Кисель фруктовый	200	122
Хлеб ржаной	50	84,38
<b>Итого на обед</b>	<b>622</b>	<b>619,08</b>
<b>Полдник</b>		
Бутерброд с повидлом	60	167,3
Молоко кипячёное	200	137
<b>Итого на полдник</b>	<b>260</b>	<b>304,3</b>
<b>Ужин</b>		
Вареники ленивые соус сметанный	298	423,1
Чай полусладкий	200	24,4
Хлеб пшеничный	37	74
<b>Итого на ужин</b>	<b>535</b>	<b>521,5</b>
<b>Итого за день</b>	<b>2041</b>	<b>1886,29</b>