

**МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»**

**понедельник  
15.04.2024**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Каша ячневая жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным	160/3	190/5
Чай с сахаром	160	200
Бутерброд с маслом	30/3	40/5

<b>II - ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Сок в ассортименте	150	180

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150/5	200/8
Котлета "Улыбка"	70	80
Рагу из овощей	110	150
Огурец соленый	30	50
Компот из свежих яблок	150	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Запеканка из круп	80	90
Соус сметанный сладкий	20	20
Чай с лимоном	150/3,5	180/7

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>(1-3 лет)</b>	<b>(3-7 лет)</b>
<b>энергетич.ценность</b>	<b>1090,0</b>	<b>1312,1</b>
<b>белки</b>	<b>22,9</b>	<b>29,4</b>
<b>жиры</b>	<b>38,8</b>	<b>44,5</b>
<b>углеводы</b>	<b>156,1</b>	<b>190,2</b>

МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»

вторник  
16.04.2024

Завтрак	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Каша жидкая манная	140/3	150/5
Хлеб пшеничный	30	37,5
Яйцо вареное	40	40
Чай с сахаром	150	180

II - ой завтрак (10.00)	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Бифидок	130	150

Обед	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Свекла отварная	30	50
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	150	180
Гуляш из отварного мяса	50	70
Каша рисовая рассыпчатая	110	130
Напиток из шиповника	150	180
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5

Полдник	Выход блюд, грамм (1-3 лет)	Выход блюд, грамм (3-7 лет)
Запеканка из творога с рисом	80	100
Соус фруктовый	50	50
Сок в ассортименте	150	180

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	(1-3 лет)	(3-7 лет)
энергетич.ценность	1174,24	1413,30
белки	46,69	58,18
жиры	40,98	50,24
углеводы	163,84	195,13

**МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»**

**среда  
17.04.2024**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Каша жидкая из овсяных хлопьев "Геркулес" с сахаром	150/3	160/5
Бутерброд с сыром	30/10	40/15
Чай с молоком	160	180

<b>II - ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Снежок	140	150

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	200
Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	60	70
Макаранные изделия отварные	110	130
Капуста тушеная	30	50
Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	180
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Булочка домашняя	60	60
Сок в ассортименте	150	180
Плоды свежие (яблоко)	100	120

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>(1-3 лет)</b>	<b>(3-7 лет)</b>
<b>энергетич.ценность</b>	<b>1163,38</b>	<b>1403,09</b>
<b>белки</b>	<b>37,85</b>	<b>43,85</b>
<b>жиры</b>	<b>41,57</b>	<b>47,87</b>
<b>углеводы</b>	<b>165,00</b>	<b>198,13</b>

**МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»**

**четверг  
18.04.2024**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Каша вязкая "Дружба"	160/3	170/5
Бутерброд с маслом	30/3	40/5
Кофейный напиток с молоком	160	180

<b>II - ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Ряженка	120	150

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Икра морковная	30	50
Суп картофельный с рыбой	150	180
Рыба, тушенная с овощами	60	80
Картофельное пюре	110	130
Компот из свежих яблок	150	200
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Пудинг из творога с яблоками	80	100
Соус фруктовый	50	50
Чай с сахаром	150	180

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>(1-3 лет)</b>	<b>(3-7 лет)</b>
<b>энергетич.ценность</b>	<b>1139,47</b>	<b>1357,04</b>
<b>белки</b>	<b>51,66</b>	<b>62,29</b>
<b>жиры</b>	<b>41,16</b>	<b>46,92</b>
<b>углеводы</b>	<b>137,60</b>	<b>164,82</b>

**МБДОУ «Детский сад № 8 «Дружная семейка»**

**пятница  
19.04.2024**

<b>Завтрак</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Каша молочная кукурузная жидкая	160/3	180/5
Бутерброд с повидлом	30/8	37,5/13
Какао с молоком	160	180

<b>II - ой завтрак (10.00)</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Фрукты свежие (груша)	150	170

<b>Обед</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Икра свекольная	30	50
Рассольник "Ленинградский" на м/к бульоне со сметаной	150/5	200/8
Жаркое по-домашнему	160	190
Чай с сахаром	160	200
Хлеб пшеничный	30	30
Хлеб ржано-пшеничный	30	37,5

<b>Полдник</b>	<b>Выход блюд, грамм (1-3 лет)</b>	<b>Выход блюд, грамм (3-7 лет)</b>
Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	70
Сок в ассортименте	150	180

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>(1-3 лет)</b>	<b>(3-7 лет)</b>
<b>энергетич.ценность</b>	<b>1082,4</b>	<b>1299,1</b>
<b>белки</b>	<b>42,6</b>	<b>50,5</b>
<b>жиры</b>	<b>26,6</b>	<b>33,8</b>
<b>углеводы</b>	<b>166,4</b>	<b>199,0</b>