

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение - детский сад № 347

620144, г.Екатеринбург, ул. Шейнкмана, 116

Тел.: (343) 3080047, (343) 3080046

Сайт: 347.tvoysadik.ru, e-mail: mdou347@eduekb.ru

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ – детский сад № 347

О.А.Рымкевич

Приказ от 01.09.2022 № 81-ОД



**Основное (организованное) меню
МБДОУ – детский сад № 347, включающее горячее
питание**



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 1 Понедельник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная № 7.127	195,09297	5,60430	7,43544	22,74563	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,89962	3,10502	5,32502	21,36000	45,000
Какао с молоком № 7.285	87,61597	3,14829	3,24160	10,20247	200,000
Итого:	414,60856	11,85761	16,00206	54,30810	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	47,22433	0,51141	0,10228	10,33042	100,000
Итого:	47,22433	0,51141	0,10228	10,33042	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом 60гр № 7.32/1	59,53932	1,61677	2,57278	6,26913	60,000
Рассольник "Ленинградский" со сметаной № 7.165-1	94,49643	1,85278	2,97844	13,74099	200,000
Котлета из говядины № 7.н163	178,29475	12,35966	10,95913	3,47616	80,000
Капуста тушеная № 7.н76с	98,76631	2,93213	3,82312	13,91985	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82346	0,4880	0,02640	17,08251	200,000
Хлеб ржаной 50 гр № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	596,42027	22,54934	20,95987	75,38864	745,000
Уплотненный полдник					
Картофельное пюре 100 г № 7.н64-с-1	96,46848	1,98605	2,63388	14,67422	100,000
Чай с сахаром № 7.354/4	21,80331	0,00000	0,00000	5,17973	200,000
Ватрушка с творогом № 7.103	246,87038	7,30795	8,50160	29,59490	90,000
Хлеб пшеничный 20 гр № 7.050	48,08840	1,57635	0,18669	10,39148	20,000
Итого:	413,23057	10,87035	11,32217	59,84033	410,000
Всего:	1 398,47107	45,42208	48,35998	183,11525	1 702,000



Утверждаю

Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 2 Вторник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр. № 7.н038/5	222,20450	11,76842	15,07897	3,78616	150,000
Батон с маслом № 7.035	132,30000	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,60747	0,00000	0,00000	11,80637	200,000
Итого:	404,11197	14,87342	20,40397	36,95253	395,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,31507	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,31507	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Рыба(филе). припущенная с молоком и овощами(60/70 гр) № 4.3/7	140,65144	17,11925	2,31884	1,93103	70,000
Огурец консервированный № 7.367-4	5,24096	0,30082	0,03521	0,91000	40,000
Борщ вегетарианский со сметаной 200 гр. № 7.н136-2	79,48596	1,90603	2,78610	11,65041	200,000
Макаронные изделия отвар № 7.н151-2	233,70986	5,88438	3,48479	40,92452	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	75,07068	0,48877	0,02637	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	624,65890	28,99925	9,25131	93,39849	715,000
Уплотненный полдник					
Ацидофилин 150 г № 7.40/1/6	75,00000	4,20000	3,75000	6,00000	150,000
Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом № 7.н123с4	188,97110	5,37212	7,95075	23,10671	180,000
Вафли 22 гр. № 7.015/2	77,00000	0,70397	0,61603	17,79801	22,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,51644	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	387,48754	11,79609	12,49678	56,92472	372,000
Всего:	1 462,57348	56,16876	42,25206	197,37574	1 582,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 3 Среда
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом № 7.162/1	187,24938	4,54966	7,15877	23,42336	200,000
Батон с маслом № 7.035	132,30000	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,66363	2,80342	2,81603	16,86596	200,000
Итого:	436,21301	10,45808	15,29980	61,64932	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,31507	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,31507	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом 60 гр. № 7.13/1	65,14623	0,67699	4,08500	7,73288	60,000
Суп-лапша на курином бульоне № 7.20/2	88,79822	1,73116	3,06479	11,97877	200,000
Гуляш из кури № 7.190	123,39630	8,09562	8,71055	2,36075	80,000
Каша гречневая рассыпчатая № 7.н076/1	188,99534	5,29260	4,81616	32,58692	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	75,07068	0,48877	0,02637	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	631,90677	19,58514	21,30287	92,64185	745,000
Уплотненный полдник					
Повидло № 7.185	50,75342	0,08062	0,00000	13,30562	20,000
Суфле творожное № 7.166	395,18678	18,25308	22,23041	19,69897	150,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,60747	0,00000	0,00000	11,80637	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	92,22740	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,51644	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	634,29151	21,93370	23,45041	70,19096	410,000
Всего:	1 748,72636	52,47692	60,15308	234,58213	1 700,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 4 Четверг
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшенная молочная со сливочным маслом № 7.н119с	195,66922	5,38149	7,28375	22,68357	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,88848	3,10502	5,32502	21,36000	45,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,45316	0,00000	0,00000	11,80636	200,000
Итого:	377,01086	8,48651	12,60877	55,84993	445,000
Второй завтрак					
Яблоко 100гр № 7.346	39,76729	0,35201	0,35201	10,38401	100,000
Итого:	39,76729	0,35201	0,35201	10,38401	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр. № 7.20/1	69,98922	0,83190	4,44755	6,33543	60,000
Уха рыбацкая 0,200 № 7.30/2	107,06138	6,74100	2,30301	10,27688	200,000
Котлета из мяса куры № 7.н114	123,66197	15,24725	3,96643	4,19762	80,000
Картофельное пюре. № 7.64с	144,65576	2,97926	3,94732	22,01227	150,000
Кисель Валетек № 7.343/2	1,60000	0,01881	0,00000	0,35502	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	537,46833	29,11822	15,26431	64,07722	745,000
Уплотненный полдник					
Йогурт питьевой 150 г № 7.023	127,78755	7,48799	4,79230	12,72959	150,000
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр № 7.43-2/3/2	199,45669	6,05639	5,27249	28,27472	130,000
Печенье 20 гр № 7.308/6	91,94052	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр № 7.050	46,37175	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	465,55651	17,14438	11,28479	66,38431	320,000
Всего:	1419,80299	55,10112	39,50988	196,69547	1 610,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 5 Пятница
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом. № 7.н080-2	197,31578	5,86795	7,35022	25,27780	180,000
Батон с маслом № 7.035	131,89030	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,45384	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Итого:	378,65992	8,97295	12,67522	58,44414	425,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,17164	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,17164	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с реп.луком, сол.огурцом раст.м № 7.31/1/5	60,72765	0,88604	2,78134	6,88194	60,000
Суп картофельный вегетарианский со сметаной № 7.13/2/2	68,83735	1,20892	2,54235	9,26616	180,000
Котлета из говядины № 7.н163	180,04049	12,41634	10,88310	3,73459	80,000
Свекла тушенная со сметаной № 7.н113	115,27854	2,41112	4,65078	17,36280	150,000
Компот из яблок 200г № 7.197	62,00612	0,07280	0,06813	14,79340	200,000
Хлеб ржаной 50 гр № 7.003--2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	577,39015	20,29522	21,52570	72,93889	725,000
Уплотненный полдник					
Кефир 150 г № 7.075	84,19224	4,19328	4,79231	6,14015	150,000
Пудинг из творога с морковью №	299,02067	11,77351	16,22429	19,55545	120,000
Сгущенное молоко 15 гр № 7.004	49,14627	1,10593	1,30560	8,60160	15,000
Хлеб пшеничный 20 гр № 7.144	46,37239	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	478,73157	18,59272	22,50220	44,31720	305,000
Всего:	1 480,95328	48,36089	56,80312	185,80023	1 555,000

Утверждаю

Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 6 Понедельник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом № 7.162/1	187,29433	4,54957	7,15879	23,42340	200,000
Батон с маслом № 7.035	132,33191	3,10504	5,32504	21,36000	45,000
Какао с молоком 7.285	112,74936	3,21858	3,26482	15,99688	200,000
Итого:	432,37560	10,87319	15,74865	60,78028	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,32624	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,32624	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр. № 7.20/1	70,22454	0,83191	4,44752	6,33539	60,000
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной № 7.043с	58,52589	1,26028	2,75177	6,65007	200,000
Жаркое по-домашнему № 7.070	354,84738	17,52255	18,58376	21,41723	230,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	75,08879	0,48879	0,02638	17,08255	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	649,18660	23,40353	26,40943	72,38524	745,000
Уплотненный полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом № 7.н132/2	131,95504	4,29681	5,60418	13,79113	180,000
Чай с сахаром № 7.354/4.	49,61943	0,00000	0,00000	11,80631	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	92,24965	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,52766	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	320,35178	7,89681	6,82418	50,97744	420,000
Всего:	1 448,24022	42,67353	49,08226	194,24296	1 710,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 7 Вторник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным 200гр. № 7.5/4	198,63887	5,22262	5,43837	28,42844	200,000
Батон с маслом № 7.0,35	132,33191	3,10504	5,32504	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,69177	2,80348	2,81603	16,86596	200,000
Итого:	447,66255	11,13114	13,57944	66,65440	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,32624	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,32624	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Суп крестьянский с крупой № 4.42	87,14943	1,38752	5,11035	7,59227	200,000
Огурец консервированный №7.367-2	6,55348	0,37603	0,04397	1,13752	50,000
Тефтели рыбные № 7.149с-1	144,75035	12,26057	4,45830	5,21312	80,000
Макаронные изделия отварные с овощами № 7.151	227,19404	5,23617	5,15142	36,17475	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	75,08879	0,48879	0,02638	17,08255	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	631,23609	23,04908	15,39042	88,10021	735,000
Уплотненный полдник					
Повидло № 7.185	50,78014	0,08064	0,00000	13,30560	20,000
Суфле творожное № 7.н166	405,48965	19,65099	24,13688	15,91546	150,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,61943	0,00000	0,00000	11,80631	200,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,52766	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	552,41688	21,25163	24,31688	51,04737	390,000
Всего:	1 677,64176	55,93185	53,38674	215,90198	1 670,000

Утверждаю

Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 8 Среда
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша гречневая молочная № 7.080	175,45317	4,81754	7,15000	21,60796	200,000
Батон с маслом № 7.035	132,32535	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,61697	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Итого:	357,39549	7,92254	12,47500	54,77430	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,32394	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,32394	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом 60гр. № 7.25/1	100,67401	0,76979	4,43521	13,71894	60,000
Суп картофельный со сметаной № 7.12/2	73,70183	1,35261	2,51852	10,31035	200,000
Плов из мяса кур 200 гр. № 7.4/9/1	388,54338	19,35535	18,07979	29,66739	200,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	75,08507	0,48880	0,02641	17,08254	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	728,50429	25,26655	25,65993	91,67922	715,000
Уплотненный полдник					
Йогурт питьевой 150 г № 7.023	128,23028	7,48803	4,79232	12,72958	150,000
Картофельное пюре № 7.64с	145,13908	2,97923	3,94732	22,01232	150,000
Сдоба обыкновенная 80 гр. № 7.8/12/1	283,11958	7,37704	5,33627	45,04458	80,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,52535	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	603,01429	19,36430	14,25591	89,80648	400,000
Всего:	1 735,23801	53,05339	52,49084	246,36000	1 660,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 9 Четверг
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр. № 7.н038/5	222,45217	11,79224	15,09901	3,78750	150,000
Батон с маслом № 7.035	132,26447	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,63230	2,80342	2,81599	16,86592	200,000
Итого:	471,34894	17,70066	23,24000	42,01342	395,000
Второй завтрак					
Яблоко 100гр № 7.346	39,89605	0,35197	0,35197	10,38401	100,000
Итого:	39,89605	0,35197	0,35197	10,38401	100,000
Обед					
Огурец консервированный № 7.367-4	5,23934	0,30079	0,03520	0,91000	40,000
Суп из овощей с мясом №7.н170/1	154,22053	6,88928	8,34822	9,80803	200,000
Биточки рыбные № 7.355	163,29158	15,02204	6,68197	7,04368	80,000
Рис припущенный с овощами № 7.179/1	217,32336	3,97276	7,19342	31,69368	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	75,05053	0,48882	0,02638	17,08257	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	705,62534	29,97369	22,88519	87,43796	725,000
Уплотненный полдник					
Каша пшенная молочная с маслом сливочным 150г № 7.11/4/2	174,75217	4,83632	4,73882	23,46704	150,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,59414	0,00000	0,00000	11,80632	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	92,20263	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,50395	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	363,05289	8,43632	5,95882	60,65336	390,000
Всего:	1 579,92322	56,46264	52,43598	200,48875	1 610,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 10 Пятница
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Макаронные изделия в молоке с маслом № 7.н132	146,20245	4,77429	6,22687	15,32352	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,96395	3,10502	5,32502	21,36000	45,000
Какао с молоком № 7.285	112,42682	3,21858	3,26476	15,99691	200,000
Итого:	390,59322	11,09789	14,81665	52,68043	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,19742	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,19742	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом 60гр. № 7.27/1	83,48459	1,13635	3,71451	9,50343	60,000
Суп-пюре картофельный вегетарианский № 7.255	130,13262	2,61571	5,07232	16,21129	200,000
Суфле из кур № 7.053	214,40159	11,94215	14,26790	3,63129	80,000
Свекла тушеная со сметаной № 7.н113/1	125,63691	2,54275	5,53082	17,50841	150,000
Кисель Валетек № 7.343/2	1,60000	0,01880	0,00000	0,35502	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	645,75571	21,55576	29,18555	68,10944	745,000
Уплотненный полдник					
Сгущенное молоко 15 гр. № 7.004	49,15365	1,10592	1,30558	8,60159	15,000
Суфле творожное № 7.н166	404,48361	19,65807	24,14292	15,91584	150,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,48146	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	91,99313	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,39828	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	641,51013	24,36399	26,66850	61,70378	405,000
Всего:	1 724,05648	57,51764	70,77070	192,59365	1 695,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 11 Понедельник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 200гр № 7.14/4	222,62707	5,88438	5,61441	33,18226	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,84242	3,10502	5,32502	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,26013	2,80343	2,81599	16,86593	200,000
Итого:	470,72962	11,79283	13,75542	71,40819	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,15488	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,15488	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Плов из мяса говядины № 4.4/8	412,73556	19,06939	20,39630	30,94559	200,000
Салат из отварного картофеля, морск. капусты и репчат. лука с растит. маслом 60гр. № 7.33/1	75,87646	0,62094	5,08636	5,01879	60,000
Свекольник вегетарианский со сметаной № 7.258	101,32044	1,77599	4,10168	13,74003	200,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,81104	0,48879	0,02640	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	755,24350	25,25511	30,21074	87,68694	715,000
Уплотненный полдник					
Кефир 150 г № 7.075	84,16027	4,19327	4,79232	6,14017	150,000
Запеканка из творога с яблока № 7.16/5/1	453,37970	17,02024	29,80939	29,77936	150,000
Повидло № 7.185	50,58081	0,08064	0,00000	13,30559	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,35556	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	634,47634	22,81415	34,78171	59,24512	340,000
Всего:	1 906,60434	60,36209	78,84787	228,44025	1 600,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 12 Вторник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр. № 7.н038/5	221,54712	11,77408	15,08370	3,78644	150,000
Батон с маслом № 7.035	131,86268	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,27799	2,80345	2,81599	16,86595	200,000
Итого:	469,68779	17,68253	23,22469	42,01239	395,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,16197	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,16197	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр. № 7.20/1/1	58,32951	0,69331	3,70919	5,27986	50,000
Суп крестьянский с крупой № 4.42	86,79570	1,38739	5,11032	7,59229	200,000
Тефтели рыбные № 7.149с-1	144,22665	12,27472	4,47035	5,21391	80,000
Картофельное пюре № 7.64с	144,62746	2,97926	3,94736	22,01232	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82254	0,48880	0,02641	17,08250	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	599,30186	21,12348	17,86363	78,08088	735,000
Уплотненный полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом № 7.н132/4	109,56243	3,58067	4,67014	11,49261	150,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,44349	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	91,92254	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36268	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	297,29114	7,18067	5,89014	48,67895	390,000
Всего:	1 412,44276	46,48668	47,07846	178,87222	1 620,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 13 Среда
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из пшена и риса молочная "Дружба 3" со сливочным маслом №	157,03489	3,40748	5,64872	19,89805	200,000
Батон с маслом, сыром № 7.357/1	180,63418	6,69301	9,02340	21,36000	60,000
Какао с молоком № 7.285	112,34145	3,21858	3,26482	15,99688	200,000
Итого:	450,01052	13,31907	17,93694	57,25493	460,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,16312	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,16312	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Огурец консервированный № 7.367-4	7,83227	0,45121	0,05280	1,36504	60,000
Суп из овощей вегетарианский со сметаной № 7.170	86,41294	1,52762	4,10833	9,49677	200,000
Гуляш из курицы № 7.190	122,31578	8,09567	8,71053	2,36067	80,000
Макаронные изделия отвар № 7.н151-2	232,94312	5,88440	3,48482	40,92450	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82440	0,48879	0,02638	17,08252	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	614,82851	19,74769	16,98286	92,12950	745,000
Уплотненный полдник					
Повидло № 7.185	50,58511	0,08064	0,00000	13,30560	20,000
Сырники из творога № 7.077	476,23961	20,86089	25,38287	28,51745	150,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,44472	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36383	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	622,63327	22,46153	25,56287	63,64940	390,000
Всего:	1 733,63542	56,02829	60,58267	223,13383	1 695,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 14 Четверг
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом № 7.н026	195,48933	5,50933	7,90330	23,64362	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,86596	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,28089	2,80344	2,81599	16,86592	200,000
Итого:	443,63618	11,41777	16,04429	61,86954	445,000
Второй завтрак					
Яблоко 100гр № 7.346	39,75957	0,35199	0,35199	10,38401	100,000
Итого:	39,75957	0,35199	0,35199	10,38401	100,000
Обед					
Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом 50 гр. №	54,08333	0,56411	3,40082	6,44727	50,000
Уха рыбацкая 0,200 № 7.30/2	124,54805	7,15752	2,38099	13,92589	200,000
Жаркое по-домашнему с курой № 7.н070-	281,88475	18,67947	8,37323	28,11039	230,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82440	0,48879	0,02638	17,08252	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	625,84053	30,18989	14,78142	86,46607	735,000
Уплотненный полдник					
Вареники ленивые 150 гр. № 7.5/5	474,74121	19,03752	27,51613	25,03833	100,000
Сгущенное молоко 15 гр. № 7.004	49,15745	1,10592	1,30560	8,60160	15,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,44472	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36383	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	619,70721	21,66344	29,00173	55,46628	335,000
Всего:	1 728,94349	63,62309	60,17943	214,18590	1 615,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 15 Пятница
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным 200гр № 7.5/4	197,96515	5,22261	5,43842	28,42842	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,88309	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Чай с сахаром №7.354/4	49,45114	0,00000	0,00000	11,80632	200,000
Итого:	379,29938	8,32761	10,76342	61,59474	445,000
Второй завтрак					
Яблоко 100гр № 7.346	39,76544	0,35199	0,35199	10,38401	100,000
Итого:	39,76544	0,35199	0,35199	10,38401	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр. № 7.27/1/1	65,36257	0,84897	3,07607	7,07713	50,000
Суп-лапша на курином бульоне № 7.20/2	88,78327	1,74110	3,06555	12,04739	200,000
Бигус с мясом куры № 7.н350	342,81654	18,88232	20,82717	14,23283	230,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,83412	0,48879	0,02640	17,08254	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	662,29650	25,26118	27,59519	71,33989	735,000
Уплотненный полдник					
Кефир 150 гр. № 7.075	84,18735	4,19327	4,79232	6,14015	150,000
Картофельное пюре 150 гр. № 7.64с	149,49357	3,19695	5,19993	19,95081	150,000
Сдоба обыкновенная 80 гр. № 7.8/12/1	281,89908	7,39040	5,34761	45,04540	80,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36985	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	561,94985	16,30062	15,51986	81,15636	400,000
Всего:	1 643,31117	50,24140	54,23046	224,47500	1 680,000

Утверждаю

Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 16 Понедельник
Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом № 7.н123с3	157,38090	3,92452	6,40200	20,75441	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,85310	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,26955	2,80345	2,81600	16,86593	200,000
Итого:	405,50355	9,83297	14,54300	58,98034	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,15862	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,15862	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Огурец консервированный № 7.367- 4	5,22062	0,30079	0,03521	0,90997	40,000
Суп овощной с мясом, смет№ 7.043с-1	115,38731	5,85176	6,53083	6,25407	200,000
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г) № 7.256	118,91900	11,49838	10,05134	4,51676	80,000
Пюре розовое № 7.047	135,86493	2,79555	4,77310	18,36424	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,81710	0,48879	0,02641	17,08252	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	540,70896	24,23527	22,01689	68,02756	725,000
Уплотненный полдник					
Повидло № 7.185	50,57759	0,08066	0,00000	13,30559	20,000
Запеканка творожная 100 гр. № 7.н039-5	269,89828	12,84086	16,83776	9,35348	100,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,43990	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,35931	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	416,27508	14,44152	17,01776	44,48541	340,000
Всего:	1 408,64621	49,00976	53,67765	181,59331	1 610,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 17 Вторник
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом № 7.н026	195,48437	5,50930	7,90331	23,64363	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,86268	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Какао с молоком № 7.285	112,33754	3,21856	3,26479	15,99690	200,000
Итого:	439,68459	11,83286	16,49310	61,00053	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,16197	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,16197	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 60гр. № 7.32/1	78,16778	1,74225	4,26345	6,49433	60,000
Уха рыбацкая 0,200 № 7.30/2	107,04067	6,74102	2,30299	10,27687	200,000
Котлета из мяса куры № 7.н114	123,58697	15,24342	3,96317	4,19743	80,000
Морковь тушеная 150г № 7.10/3	125,78359	1,70007	6,88349	13,00405	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82254	0,48880	0,02641	17,08250	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	599,90155	29,21556	18,03951	71,95518	745,000
Уплотненный полдник					
Капуста тушеная 120 гр. № 7.233	66,69035	1,66965	3,65419	6,70528	120,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,44349	0,00000	0,00000	11,80634	200,000
Шанежка с картофелем № 7.148/1	213,51271	5,05063	7,04366	27,73954	80,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36268	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	376,00923	8,24028	10,87785	56,27116	420,000
Всего:	1 461,75734	49,78870	45,51046	199,32687	1 710,000

Утверждаю

Российская Федерация, г. Екатеринбург
Министерство образования и науки
детский сад
№ 347

Жиры, г Углеводы, г

01.09.2022

День 18 Среда
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная № 7.127	199,54765	5,60708	7,87159	22,75000	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,87437	3,10502	5,32502	21,36000	45,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,44787	0,00000	0,00000	11,80635	200,000
Итого:	380,86989	8,71210	13,19661	55,91635	445,000
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100г № 7.031/1	46,16606	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Итого:	46,16606	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 60гр. № 7.20/1	69,98173	0,83191	4,44751	6,33542	60,000
Суп гороховый № 7.Н086/2	116,31505	3,90253	3,47603	15,68715	200,000
Запеканка картофельная с отварным мясом № 7.Н041	391,99220	20,29903	20,01188	24,09036	180,000
Соус молочный № 7.020	22,92267	0,59801	1,24661	1,72426	25,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82917	0,48881	0,02639	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	766,54082	29,42029	29,80842	85,81972	720,000
Уплотненный полдник					
Снежок 150 г № 7.082	124,76968	3,89375	4,79231	16,32383	150,000
Пудинг из творога с морковью № 7.18/5/2	298,96715	11,77094	16,22209	19,55534	120,000
Сгущенное молоко 15 гр. № 7.004	49,15523	1,10592	1,30560	8,60159	15,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36679	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	519,25885	18,29061	22,50000	54,50076	305,000
Всего:	1 712,83562	56,92300	65,60503	206,33683	1 570,000



Рымкевич О.А.

01.09.2022

День 19 Четверг
Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр. № 7.н038/5	221,59683	11,77689	15,08607	3,78661	150,000
Батон с маслом № 7.035	131,86929	3,10500	5,32500	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,28382	2,80346	2,81600	16,86596	200,000
Итого:	469,74994	17,68535	23,22707	42,01257	395,000
Второй завтрак					
Яблоко 100гр № 7.346	39,76071	0,35200	0,35200	10,38400	100,000
Итого:	39,76071	0,35200	0,35200	10,38400	100,000
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр. № 7.27/1	83,41521	1,13639	3,71446	9,50343	60,000
Суп овощной с мясом куры № 7.044с	67,07164	4,69761	2,26654	6,34696	200,000
Мясо кур отварное (порции без кости) 80 гр. № 7.1/9/1	268,63757	18,91882	17,87596	0,93061	80,000
Каша гречневая рассыпчатая № 7.н076/1	188,39121	5,29264	4,81618	32,58696	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,82629	0,48879	0,02639	17,08254	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	772,84192	33,83425	29,29953	87,35050	745,000
Уплотненный полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом № 7.н132/2	131,49707	4,29682	5,60418	13,79114	180,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,44596	0,00000	0,00000	11,80636	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	91,92714	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,36500	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	319,23517	7,89682	6,82418	50,97750	420,000
Всего:	1 601,58774	59,76842	59,70278	190,72457	1 660,000

Блюдо / № рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом № 7.043	180,70460	4,66709	6,81559	22,11751	200,000
Батон с маслом № 7.035	131,90345	3,10502	5,32502	21,36000	45,000
Кофейный напиток с молоком № 7.067	116,31395	2,80345	2,81602	16,86594	200,000
Итого:	428,92200	10,57556	14,95663	60,34345	445,000
Второй завтрак					
Яблоко 100гр № 7.346	39,77241	0,35199	0,35199	10,38398	100,000
Итого:	39,77241	0,35199	0,35199	10,38398	100,000
Обед					
Огурец консервированный № 7.367-4	5,22291	0,30080	0,03521	0,90996	40,000
Борщ вегетарианский № 7.136	78,88697	1,42751	4,04625	8,70927	200,000
Суфле из печени 80 гр. № 7.35/8	157,49981	18,29977	6,70709	2,42444	80,000
Картофельное пюре № 7.64с	144,67218	2,97923	3,94732	22,01230	150,000
Компот из сухофруктов № 7.115/1	74,84567	0,48881	0,02640	17,08253	200,000
Хлеб ржаной 50 гр. № 7.003-2	90,50000	3,30000	0,60000	20,90000	50,000
Соль № 7.044	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
Итого:	551,62754	26,79612	15,36227	72,03850	725,000
Уплотненный полдник					
Запеканка из творога с рисом № 7.14/5/1	428,10057	18,40908	27,67337	26,62046	150,000
Сгущенное молоко 15 гр. № 7.004	49,15249	1,10594	1,30559	8,60161	15,000
Чай с сахаром № 7.354/4	49,45877	0,00000	0,00000	11,80632	200,000
Печенье 20 гр. № 7.308/6	91,95096	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
Хлеб пшеничный 20 гр. № 7.050	46,37701	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
Итого:	665,03980	23,11502	30,19896	72,40839	405,000
Всего:	1 685,36175	60,83869	60,86985	215,17432	1 675,000

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575874

Владелец Рымкевич Ольга Анатольевна

Действителен с 16.04.2022 по 16.04.2023