



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремоко»

Долбачева И.В.

« 3 ноября » 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Завтрак	150/200	168,7/224,94
	молоочный напиток	130/150	24,64/24,64
	чай с сахаром	40/40	108/108
	бутиерброд с маслом	10/10	66/66
2-й завтрак	Сок	70/100	37,5/43
10:00			
Обед	Суп рыбный.	150/100	100,4/150,4
	Картофельное пюре.	70/90	127,3/135,3
	Мясной шницель	50/70	120,6/120,4
	Салат из свеклы	30/60	23,1/46,56
	салат из шпината	120/150	44,4/56,84
	Хлеб	30/30	63/63
Полдник	Молоко	150/200	90/120
	кисельное.		
	печенье.		
	Творожки		

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ ИС «Теремок»  
 Долбачева И.В.

«4» июля 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Молоко рисовая	150/200	120,4/249,17
	печеночная паштет	130/150	24,64/24,64
	чай с сахаром.	40/50	189,6/190,6
	Бутерброд с сыром		
2-й завтрак			
Обед	Суп картофельный с мясом	150/200	227/147,6
	Мясной рулет с сыром	50/70	159,81/170,2
	Макаронная отварная с мясом	70/90	78,4/101,04
	Салат из свежих овощей	30/60	22,5/45,18
Полдник	Компот из сухофруктов	150/200	80/145,34
	Макишот	50/70	159,81/174,9
	Сырники из творога		

Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
 Додбачева И.В.



Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Панша гречневая	150/200	99,8/222,38
	Амюльское печенье	150/160	24,64/25,6
	Чай с сахаром	30/40	10,8/108
	Бутерброд с маслом	10/10	6,6/66
2-й завтрак			
Обед	Суп панша домашний на квасе	150/200	165,7/167
	Паштет говяжий с картофелем	150/180	135/148
	Отвар из шиповника	120/180	98,4/75,76
	Хлеб	30/40	63/84
Полдник	Шоколад	150/180	80,9/123,52
	Джем	30/	4,8/11
	Булочка	40/40	108/108


 Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ ДС «Геремек»  
 Долбачева И.В.  
 « 05 » ~~сентября~~ 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Ваши овсяная	150/200	108,22/216,44
	молочная кашка	130/150	24,64/24,64
	чай с сахаром	40/50	189,6/199,6
	Бутерброд с		
2-й завтрак			
Обед	Свекольник из кв	150/200	130,67/175
	с сметаной	70/90	140/165
	рис отварной	50/60	78,42/93,75
	мясной гуляш	80/40	42,6/84
	салат из сухофрукт.		
	Слив		
Полдник	Бутерброд с	50/50	198,35/277,07
	повидлом		



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
Долбанчева И.В.  
« 7 » июля 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Хаша кашкал молококал тидкал чай с сахаром	150/100	
	Бутерброд с сыром	30/40 10/10	81/108 35,3/35,3
2-й завтрак			
Обед	Суп картофельный на кю	150/200	62,86/83,8
	Трубы из курицы с картофелем	150/180	150,25/190,2
	Отвар из овощей с картошкой	120/150	45,36/62,18
	Хлеб	30/40	63/84
Полдник	Молоко кефирное с сахаром	150/100	90/120
	Булочка	40/40	108/108


 Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
 Долбачева И.В.  
 «10» *Июль* 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции:	Калорийности порции
Завтрак	Ваша Дружба	150/200	166,63/267,16
	Молочный тиград	150/150	24,64/24,64
	Тай с сахаром	30/40	108/56
	БуТЕРЕРос с мясочкой	10/10	31,46/66
2-й завтрак			
Обед	Щи на к/б со сметаной	150/200	134,6/136,4
	Тарное по домашнему с маринованным из сушеных грибов.	80/120	205/230
	Салат из свеклы	150/150	98,4/98,4
	Хлеб	30/50	63/37,65
	Хлеб	30/40	63/89
Полдник	Молоко с мясочкой	150/200	89,41/156,1
	Печенье	30/50	220/230



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»

Долбачева И.В.

« 17 » 09 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Хачапури	150/200	170,7/212,44
	Молоковая каша	140/150	23,59/24,64
	Чай с сахаром	↓	
	Бутерброд с сыром	40/50	189,6/190,6
2-й завтрак			
Обед	Суп куриный с/б	150/200	75,9/101,2
	Куриная котлета	50/70	150,81/170,2
	Макароны с мясом	70/90	108,3/140,07
	Молоко		
	Отвар из шиповника	150/180	37,88/45,76
	Хлеб	30/40	63/84
	Салат из консервированных овощей	40/60	22,8/59,3
Полдник	Творожная запеканка	150/180	72,64/82,26
	Молоковая каша	50/70	15,27/18,6096
	Запеканка		

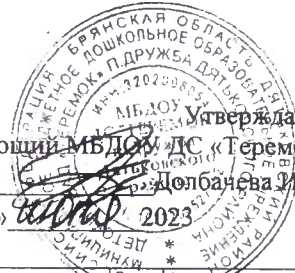


Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
 Долбачева И.В.

12.11.2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса * порции *	Калорийности порции
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев молоч. пшеница	150/200	136,28/272,84
	Чай с сахаром	130/150	24,64/25,6
	Бутерброд с маслом	20/20	54/54
		10/10	66/66
2-й завтра 10 <sup>00</sup>	сок		
Обед	Рисовый суп ма.ф. со сметаной	150/200	148,94/160
	Каша пшеничная в томате с овощами	50/60	55/90,02
	Пюре картофельное	70/90	124,3/140,34
	Салат из свекл. капусты	150/150	98,4/98,4
	Компот из сухофруктов	30/40	63/84
Полдник	Вареное яйцо		
	Чай с сахаром	130/150	24,64/25,6
	Ватон	20/20	56/56





Утверждено:  
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
 Долбанова И.В.

« 13 » 05 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	*Калорийности порции
Завтрак	Вермишель в сливочном соусе	150/200	177,5 / 244,2
	Бутерброд с сыром	40/40	112 / 112
	Чай с сахаром	10/10	35,3 / 35,3
		140/150	22,64 / 24,64
2-й завтрак			
Обед	Свекольник из свеклы и капусты	150/200	68,2 / 123
	Салат из овощей	110/130	166,5 / 222,38
	Курица запеченная с картошкой	50/70	138,3 / 203,9
	Компот из сухофруктов	150/150	98,4 / 98,4
	Хлеб	30/40	63 / 84
Полдник	Сметанник	150/200	96,5 / 102
	Бутерброд с колбасой	50/50	198,5 / 272,04

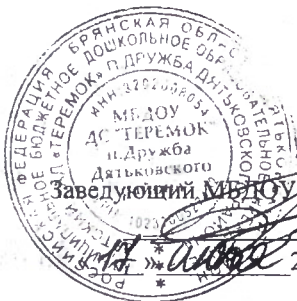


Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ИС «Теремок»

Долбачева И.В.

« 14 » *Июль* 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	<i>Ваша чечевича</i>	<i>150/200</i>	<i>166,5/224,38</i>
	<i>Молочная пенка</i>		
	<i>Бутерброд с маслом</i>	<i>40/40</i>	<i>70,5/70,5</i>
	<i>Ваш с сахаром</i>	<i>10/10</i>	<i>66/66</i>
		<i>150/150</i>	<i>24,64/25,6</i>
2-й завтрак			
Обед	<i>Суп картофельный с мясом</i>	<i>150/200</i>	<i>62,86/83,8</i>
	<i>Картофель тушеный</i>	<i>80/90</i>	<i>102,2/115,3</i>
	<i>Отвар из шиповника</i>	<i>150/180</i>	<i>37,8/45,76</i>
	<i>Хлеб</i>	<i>30/40</i>	<i>64/70,5</i>
Полдник	<i>Молоко ацидное</i>	<i>150/200</i>	<i>90/120</i>
	<i>Булочка</i>	<i>20/20</i>	<i>56/56</i>



Утверждаю:  
Долбачева И.В.

2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Каша пшеничная	150/200	168,7/224,94
	Молоко жидкое	150/150	246,4/246,4
	Чай с сахаром	50/50	198,6/198,6
	Булочки с сыром		
2-й завтрак 10 <sup>00</sup>	Сок		
Обед	Суп рыбный	150/200	109,4/150,4
	Мясная каша	50/70	110,6/126,4
	Картофельное пюре с мапоном	70/90	127,3/135,3
	Компот из сухофруктов	150/150	98,4/98,4
	Хлеб	80/30	63/63
	Полдник	Фруктовый салат	159/180
	Компот		

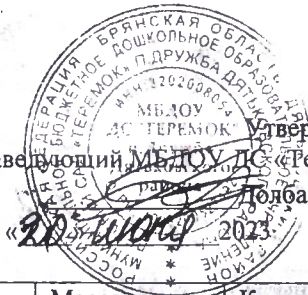


Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
И.В. Волбачева  
«18» октября 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Завтрак	150/200	120,4/249,7
	Молочная каша	130/150	24,64/246,4
	Чай с сахаром	40/40	108/108
	Бутерброд с сыром	10/10	66/66
2-й завтрак			
Обед	Суп гороховый мясной	150/200	227/747,6
	Макароны с мясом	70/90	78,4/1010,7
	Бутерброд с сыром	50/70	138,3/203,9
	Отвар из шиповника мед	20/40	42,6/84
Полдник	Молоко кефирное	150/200	90/120
	Домашний сырник		


 Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»  
 Долбачева И.В.  
 «19» июля 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Мучные вапники	50/70	124,9/174,0
	Чай с сахаром	140/150	23,64/24,64
	Булочки с маслом	40/40	70,5/70,5
		10/10	66/66
2-й завтрак			
Обед	Свекольник из свеклы с сметаной	150/200	130,67/150
	Суп с мясом	80/100	190/174
	Консерв. кукуруза	40/60	22,8/59,3
	Компот из фруктов	150/150	98,4/98,4
	Сладкий чай	20/40	42,6/84
Полдник	Ветчина	150/200	96,5/102
	Кукурузные палочки		



Заведующий МБДОУ ДС «Геремок»  
 Долбачева И.В.

«20 сентября» 2023

Эм и	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
завтрак	Каши овсяная	150/200	708,22/276,49
	молочная жидкая		
	Тост с сахаром	130/150	24,64/24,64
	Бутерброд с сыром	40/40	112/112
		40/40	35,3/35,3
завтра			
бед	Суп на квас чечевичный	150/200	
	Щи щиповый картофель	80/120	205/230
	с грибами		
	Салат из свеклы	60/40	
	салатный		
Отвар из шиповника	120/180	45,36/68,18	
ябло	20/40	42,6/84	
Полдник	Запеканка с яблоками	150/200	89,41/156,1
	Каша с	40/40	112/112
	яблоком	70/100	56,4/56,4



Заведующий МБДОУ ДС «Теремок»

Долбачева И.В.

«21» июля 2023

Приём пищи	Наименование блюд	Масса порции	Калорийности порции
Завтрак	Мука манная	150/200	374,44/444
	молоко	130/150	24,64/25,85
	чай с сахаром	40/40	108/108
	бутерброд с маслом	10/10	66/66
2-й завтрак			
Обед	Суп картофельный на к.б.	150/200	78/83,8
	Ленивые вареники	150/180	215/230
	Вештанная соуса	150/150	98,4/98,4
	Каша из сухофруктов	30/40	63/84
Полдник	чай с сахаром	150/200	90/120
	Творожок с повидлом	50/50	135/135