

Основная (1-3 года весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
130	Каша пшеничная жидкая молочная	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-20	10-97
150	Какао с молоком	Калорийность-89, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13. Витамин С-1	9-46
20	Батон	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-81
10	Сыр порциями	Калорийность-36, Белки-2, Жиры-3	8-07
Итого за завтрак		Калорийность-297, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-43. Витамин С-1	31-31
<u>2 завтрак</u>			
100	Кефир	Калорийность-50, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4. Витамин С-1	6-61
Итого за 2 завтрак		Калорийность-50, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4. Витамин С-1	6-61
<u>обед</u>			
150	Суп картофельный с домашней лапшой	Калорийность-64, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10. Витамин С-5	4-44
105	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-179, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-25	6-96
50	Кнели куриные с рисом	Калорийность-131, Белки-10, Жиры-9, Углеводы-3	30-44
150	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-86, Углеводы-21	2-75
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	1-89
30	Хлеб ржаной	Калорийность-63, Белки-1, Углеводы-13	2-54
Итого за обед		Калорийность-570, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-82. Витамин С-5	49-02
<u>Уплотненный полдник</u>			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5. Витамин С-6	3-27
80	Пирожки мясные с мясом	Калорийность-197, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-29	29-49
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	8-67
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-330, Белки-14, Жиры-11, Углеводы-45. Витамин С-6	41-48
Итого за день		Калорийность-1 247, Белки-52, Жиры-40, Углеводы-174. Витамин С-13	128-42

Утвердил
заведующий
Калькулятор

Тихомирова Алевтина Александровна

Кладовщик

Тихомирова
Алевтина
Александровна

Повар

Широбокова
Елена
Николаевна



Основная (3-7 сад весна/лето)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>завтрак</u>			
150	Каша пшениная жидкая молочная	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23	12-66
180	Какао с молоком	Калорийность-107, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-16. Витамин С-1	11-35
30	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-22
15	Сыр порциями	Калорийность-54, Белки-3, Жиры-4	12-11
Итого за завтрак		Калорийность-376, Белки-12, Жиры-11, Углеводы-54. Витамин С-1	40-34
<u>2 завтрак</u>			
100	Кефир	Калорийность-50, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4. Витамин С-1	6-61
Итого за 2 завтрак		Калорийность-50, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-4. Витамин С-1	6-61
<u>обед</u>			
200	Суп картофельный с домашней лапшой	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13. Витамин С-7	5-93
105	Пюре гороховое с маслом	Калорийность-179, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-25	6-96
70	Кнели куриные с рисом	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-12, Углеводы-4	42-60
180	Компот из сушеных фруктов	Калорийность-103, Углеводы-25	3-31
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	2-84
40	Хлеб ржаной	Калорийность-84, Белки-2, Углеводы-18	3-39
Итого за обед		Калорийность-705, Белки-31, Жиры-19, Углеводы-100. Витамин С-7	65-03
<u>Уплотненный полдник</u>			
80	Салат из свеклы отварной	Калорийность-75, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-7. Витамин С-8	4-36
80	Пирожки печеные с мясом	Калорийность-197, Белки-10, Жиры-5, Углеводы-29	29-49
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	10-40
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-364, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-50. Витамин С-8	44-30
Итого за день		Калорийность-1495, Белки-60, Жиры-46, Углеводы-208. Витамин С-17	156-28

Утвердил
заведующий
Калькулятор

Гильева Тера
Александровна

Кладовщик

Тихомирова Алевтина Александровна

Тихомирова
Алевтина
Александровна

Повар

Широбокова
Елена
Николаевна



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

В.Н. Гилева

«15» июля 2025г.

АКТ
замены блюда в меню

Заменить в утвержденном десятидневном меню МБДОУ №258, в соответствии СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (Приложение №11) «Санитарно-эпидемиологических требований к организации общественного питания населения» следующие блюда:

День в меню	Наименование отмененного блюда/ выход в гр.	Наименование введенного блюда/ выход в гр.	Соответствие химического состава*		
				отмененное блюдо	введенное блюдо
2 вкл (7 гр.м) 15.07.25	Выпечка овощная	Салат из овощей заправленный	белки, г		
			жиры, г		
			углеводы, г		
			ЭЦ, ккал		
			белки, г		
			жиры, г		
			углеводы, г		
			ЭЦ, ккал		

*При замене блюд были учтены требования таблицы замены продуктов СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Причина замены: количество на поставку овощей изменилось
на 200 грамм больше, чем было
(продукта нет в наличии)

Подписи:

Калькулятор

А.А. Тихомирова

Повар

С.П. Феофилактова

Кладовщик

И.В. Груздева