

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 вязкая ячневая молочная	Калорийность-125, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-21	8-61
150	Чай с молоком	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-11	8-67
20	Батон	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10	2-81
10	Масло порциями	Калорийность-66, Жиры-7	8-66
Итого за завтрак		Калорийность-315, Белки-8, Жиры-12, Углеводы-42	28-75
<u>2 завтрак</u>			
100	Сок яблочный	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	7-05
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	7-05
<u>обед</u>			
200	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7. Витамин С-15	5-16
130	Пюре картофельное	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-18. Витамин С-16	13-05
80	Чорыг селянка (рыба в омлете) (удмуртское блюдо)	Калорийность-100, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-2	27-20
150	Компот из кураги	Калорийность-86, Углеводы-21	5-16
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-500, Белки-20, Жиры-14, Углеводы-71. Витамин С-31	56-89
<u>Уплотненный полдник</u>			
60	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-36, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-4. Витамин С-10	3-26
80	Пудинг из творога (паровой)	Калорийность-182, Белки-12, Жиры-7, Углеводы-17	24-44
10	Соус сметанный	Калорийность-7, Углеводы-1	0-50
150	Молочное кашечное	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-8. Витамин С-2	14-17
25	Печенье	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-17	3-55
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-423, Белки-20, Жиры-17, Углеводы-47. Витамин С-12	45-97
Итого за день		Калорийность-1 281, Белки-49, Жиры-43, Углеводы-170. Витамин С-45	138-66
Утвердил заведующий Калькулятор		Кладовщик Тихомирова Алевтина Александровна	Повар Тихомирова Алевтина Александровна
		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 вязкая ячневая молочная	Калорийность-144, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24	9-94
180	Чай с молоком	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14	10-40
30	Батон	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15	4-22
10	Масло порциями	Калорийность-66, Жиры-7	8-66
Итого за завтрак		Калорийность-373, Белки-8, Жиры-14, Углеводы-53	33-22
<u>2 завтрак</u>			
100	Сок яблочный	Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	7-05
Итого за 2 завтрак		Калорийность-43, Белки-1, Углеводы-10, Витамин С-2	7-05
<u>обед</u>			
250	Щи из свежей капусты с картофелем	Калорийность-85, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8. Витамин С-18	6-45
150	Пюре картофельное	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-20. Витамин С-18	15-05
80	Чорыг селянка (рыба в омлете) (удмуртское блюдо)	Калорийность-100, Белки-13, Жиры-4, Углеводы-2	27-20
180	Компот из кураги	Калорийность-103, Углеводы-25	6-19
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-597, Белки-22, Жиры-16, Углеводы-88. Витамин С-36	63-01
<u>Уплотненный полдник</u>			
80	Салат из белокочанной капусты	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5. Витамин С-14	4-34
130	Пудинг из творога (паровой)	Калорийность-296, Белки-19, Жиры-12, Углеводы-28	39-71
20	Соус сметанный	Калорийность-15, Жиры-1, Углеводы-1	1-00
180	Молоко кипяченое	Калорийность-102, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9. Витамин С-2	17-00
25	Печенье	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-17	3-55
Итого за Уплотненный полдник		Калорийность-574, Белки-27, Жиры-25, Углеводы-60. Витамин С-16	65-65
Итого за день		Калорийность-1 587, Белки-58, Жиры-55, Углеводы-211. Витамин С-54	168-93
Утвердил заведующий Калькулятор Для документации Гидераева Николаевна Тихомирова Алевтина Александровна Кладовщик Тихомирова Алевтина Александровна Повар Широбокова Елена Николаевна			



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

В.Н. Гилева

« 16 » 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
8 день Заседа 16.07.25	Каша из свеклы и картофеля	Каша из кураги	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: консервы на свежие овощи на все
неделя не подписана на складе подписанные
продукты не в наличии

Подписи:

Калькулятор

Повар

Кладовщик

А.А. Тихомирова

С.П. Феофилактова

И.В. Груздева