Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____ Куклина В.В

01 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша пшеничная молочная	205	219
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Мандарины	100	97
Обед:		
Салат Витаминный	60	48
Суп Полевой	200	127
Гуляш из говяжьего сердца	120	127
Картофельное пюре	150	120
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Булка с маком	60	162
Кефир	200	96
Ужин:		
Винегрет овощной	150	256
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1797

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

02 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша пшенная молочная	205	201
Бутерброд с маслом и сыром	45	117
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Сок	150	89
Обед:		
Салат Светофор	60	40
Свекольник со сметаной	200	109
Котлета рыбная в сметанном соусе	80/50	110
Макароны отварные	150	170
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Корж молочный	60	196
Йогурт	150	96
Ужин:		
Салат зимний с мясом	150	280
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1814

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

03 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Суп молочный с вермишелью	205	203
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	95
Второй завтрак:		
Мандарины	130	89
Обед:		
Салат из свежих огурцов	60	43
Суп кудрявый	200	127
Жаркое с курицей	200	272
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Кекс столичный	60	182
Молоко	150	96
Ужин:		
Суп пюре овощной	150	260
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с молоком	200	68
		1790

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

04 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша кукурузная молочная	205	215
Бутерброд с маслом и джемом	45	141
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Сок	150	77
Обед:		
Икра свекольная	60	56
Суп Полевой	200	127
Котлета мясная/соус	130	181
Рис отварной	150	151
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Булочка домашняя	60	145
Кисель	200	97
Ужин:		
Картофель запеченный с сыром	150	292
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с молоком	200	68
		1832

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

05 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша манная молочная	205	213
Бутерброд с маслом	45	78
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Яблоки	100	89
Обед:		
Салат Радуга	60	43
Щи из свежей капусты	200	79
Плов с мясом	200	328
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Блинчики	60	205
Ужин:		
Запеканка творожная с пшеном и сгущенным молоком	180	315
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1798

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

09 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша Дружба молочная	205	221
Бутерброд с маслом и сыром	45	117
Чай с молоком	180	68
Второй завтрак:		
Сок	150	77
Обед:		
Салат Витаминный	60	50
Суп крестьянский со сметаной	200	154
Рыба запеченная в молоке	100	94
Картофельное пюре	150	120
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	69
Полдник:		
Печенье	60	159
Йогурт	150	141
Ужин:		
Запеканка творожная с пшеном и сгущенным молоком	180	315
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1856

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

10 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша Ячневая молочная	205	221
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	95
Второй завтрак:		
Яблоки	100	98
Обед:		
Салат Радуга	60	74,4
Суп Кудрявый	200	101
Жаркое с курицей	200	279
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Корж молочный	60	145
Молоко	200	96
Ужин:		
Суп картофельный с рыбой	200	285
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	61
		1802

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

11 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша Овсяная молочная	205	193
Бутерброд с маслом и джемом	55	141
Какао на молоке	180	68
Второй завтрак:		
Сок	100	89
Обед:		
Салат из свежих огурцов	60	46
Борщ из свежей капусты со сметаной	200	80
Печеночное суфле/соус	80/50	156
Макароны отварные	150	170
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот Вишневый	180	87
Полдник:		
Пряник/Мармелад	60	156
Кисель	200	97
Ужин:		
Гуляш из сердца говяжьего	120	176
Картофельное пюре	150	120
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1826

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

14 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша Рисовая молочная	205	201
Бутерброд с маслом	35	78
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Сок	150	97
Обед:		
Салат из свеклы	60	71
Суп гороховый	200	105
Запеканка картофельная с мясом	80/50	156
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Вафли	60	203
Ряженка	200	96
Ужин:		
Салат зимний с мясом	150	280
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1735

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

15 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша рисовая молочная	205	219
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Апельсины	100	97
Обед:		
Салат Витаминный	60	48
Суп картофельный с вермишелью	200	132
Зразы в сметанном соусе	120	163
Макароны отварные	150	116
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Булочка Домашняя	60	162
Кефир	200	96
Ужин:		
Суп пюре овощной	200	256
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	60
		1834

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

16 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша Ячневая молочная	205	201
Бутерброд с маслом	35	78
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Сок	150	89
Обед:		
Салат из свежих огурцов	60	40
Свекольник со сметаной	200	109
Котлеты рыбные в сметанном соусе	80/50	110
Картофельное пюре	150	120
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Крендель сахарный	60	196
Йогурт	150	96
Ужин:		
Винегрет овощной	150	256
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром и лимоном	200	61
		1761

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

17 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Суп молочный с макаронами	205	201
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Яблоки	150	89
Обед:		
Салат Витаминный	60	40
Суп полевой	200	109
Жаркое с говядиной	80/50	110
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Корж молочный	60	196
Молоко	150	96
Ужин:		
Творожная запеканка с рисом и сгущенным молоком	150	256
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	61
		1761

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

18 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша кукурузная молочная	205	215
Бутерброд с маслом	35	78
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Сок	150	89
Обед:		
Салат из свежих огурцов	60	40
Суп овощной со сметаной	200	97
Макароны отварные	150	120
Рулет мясной с начинкой	100/50	181
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Печенье, зефир	60	196
Кисель	200	97
Ужин:		
Омлет с горбушей	150	216
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	61
		1795

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

21 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша манная на молоке	205	213
Бутерброд с маслом и повидлом	55	141
Чай с сахаром	180	43
Второй завтрак:		
Апельсины	150	89
Обед:		
Салат Степной	60	43
Щи из свежей капусты со сметаной	200	79
Макароны отварные	150	121
Тефтели мясные с рисом в соусе	80/50	157
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Пряники	60	188
Ряженка	200	156
Ужин:		
Икра свекольная	60	83
Картофель запеченный	150	206
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Какао на молоке	200	92
		1785

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Куклина В.В

22 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша пшенная на молоке	205	243
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	95
Второй завтрак:		
Сок	150	97
Обед:		
Салат Витаминный	60	28
Суп с клецками	200	114
Плов с мясом	200	328
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	65
Полдник:		
Булочка	60	120
Кефир	200	96
Ужин:		
Картофельное пюре	150	120
Печеночное суфле	80	130
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с медом	200	56
		1799

Утверждаю:

Заведующий МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

Куклина В.В

23 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша Дружба на молоке	205	221
Бутерброд с маслом	35	78
Чай с молоком	180	68
Второй завтрак:		
Яблоки	100	77
Обед:		
Салат из моркови с чесноком	60	50
Суп крестьянский с крупой	200	154
Рыба запеченная в молоке	80	94
Картофельное пюре	150	120
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	69
Полдник:		
Ватрушка с повидлом	60	160
Йогурт	200	96
Ужин:		
Запеканка творожная с рисом	150	247
Соус молочный	50	68
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1817

Утверждаю:

И.О. Заведующего МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Пешеходова А.А

24 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша пшеничная молочная	205	176
Бутерброд с маслом и повидлом	55	141
Кофейный напиток на молоке	180	95
Второй завтрак:		
Сок	150	95
Обед:		
Салат Радуга	60	74
Суп кудрявый	200	101
Зразы в сметанном соусе	120	163
Рис отварной	150	116
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	61
Полдник:		
Плетенка с яблоками	60	190
Молоко	200	96
Ужин:		
Суп картофельный с рыбой	150	240
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром и лимоном	200	61
		1818

Утверждаю:
И.О. Заведующего МБ ДОУ
«ЦРР - детский сад № 15 «Страна чудес»
_____Пешеходова А.А

25 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша овсяная молочная	205	193
Бутерброд с маслом	35	78
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Бананы	150	89
Обед:		
Салат Степной	60	46
Борщ из свежей капусты со сметаной	200	80
Печень говяжья по строгановски	120	156
Макароны отварные	150	170
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	65
Полдник:		
Вафли	50	156
Кисель	200	97
Ужин:		
Картофельное пюре	150	120
Гуляш из говяжьего сердца	120	176
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром и лимоном	200	61
		1805

Утверждаю:

И.О. Заведующего МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Пешеходова А.А

28 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша рисовая молочная	205	201
Бутерброд с маслом	35	78
Какао на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Апельсины	100	97
Обед:		
Салат из свеклы с изюмом	60	71
Суп гороховый	200	105
Запеканка картофельная с мясом	200	281
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	65
Полдник:		
Печенье/ зефир	60	203,4
Ряженка	200	96
Ужин:		
Суп пюре овощной	200	216
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1771

Утверждаю:

И.О. Заведующего МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____Пешеходова А.А

29 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша пшеничная молочная	205	219
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	92
Второй завтрак:		
Бананы	100	97
Обед:		
Салат из свежих огурцов	60	48
Суп картофельный с вермишелью	200	132
Жаркое с мясом	200	251
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Плетенка с творогом	60	162
Кефир	200	96
Ужин:		
Винегрет овощной	200	256
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с медом	200	61
		1806

Утверждаю:

И.О. Заведующего МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ Пешеходова А.А

30 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Каша овсяная молочная	205	201
Бутерброд с маслом и джемом	55	117
Чай с молоком	180	68
Второй завтрак:		
Напиток из шиповника	150	77
Обед:		
Салат Светофор	60	40
Свекольник со сметаной	200	109
Котлета рыбная в сметанном соусе	130	110
Макароны отварные	150	160
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Корж молочный	60	156
Йогурт	150	96
Яблоки	100	86
Ужин:		
Салат зимний с мясом	150	281
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с сахаром	200	43
		1838

Утверждаю:

И.О. Заведующего МБ ДОУ

«ЦРР- детский сад № 15 «Страна чудес»

_____ Пешеходова А.А

31 марта

Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Энергетическая Ценность (калорий)
Завтрак:		
Суп с макаронными изделиями на молоке	205	203
Бутерброд с маслом	35	78
Кофейный напиток на молоке	180	95
Второй завтрак:		
Апельсины	130	90
Обед:		
Икра морковная	60	44
Суп полевой	200	127
Азу с мясом	200	272
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	30	59
Компот	180	87
Полдник:		
Пряники/мармелад	60/30	183
Молоко	200	72
Ужин:		
Суп-пюре гороховый с гренками	200	290
Хлеб пшеничный	30	54
Хлеб ржаной	20	59
Чай с молоком	200	68
		1820