

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
"Северобайкальский центр развития ребенка - детский сад "Золотой ключик"

20,05,2021-02,06,2021

Утверждаю:

Директор МАДОУ

СЦРР-ДС "Золотой ключик"

О.Г.Наполова

1 день

[illegible]

чай с сахаром		150	0,04	0	8,98	30	2	200	0,04	0	12,13	47	2	154
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
мармелад		40	1,4	11,7	25,1	105,6	0	40	1,4	11,7	25,1	105,6	0	176
итог		400	10,44	19	59,98	326,01	10	480	11,74	19,46	71,33	390,5	10	638
итого за день		1580,7	57,9	65,97	278,15	1541,25	35,86	1900,8	64,83	72,48	349,63	1798,28	42,74	#ЗНАЧ!
2 день														
каша дружба		180	4,66	5,79	20,78	150,75	1,46	200	6,21	7,73	27,71	201	1,95	275
батон с маслом		30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
чай с лимоном		150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	412*
итого		360,70	7,10	13,29	45,08	322,85	3,06	440,80	8,65	16,23	55,04	389,60	3,95	#ЗНАЧ!
обед														
суп с клецками		150	3,6	3,15	16,16	107,44	9,6	200	4	5,25	17,96	149,22	9,6	160
гороховое пюре		120	4,2	2,3	12,5	113	0	150	4,63	3,5	18,8	170	0	111
тефтеля мясная		60	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	70	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391
соус том-смет		30	0,37	2,47	1,97	31,09	0,49	40	0,49	3,3	2,6	41,4	0,65	373*
компот курага		150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	526
хлеб с отр		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого		550	18,25	12,168	91,14	499,67	11,06	710	19,9	16,942	107,48	642,07	11,27	#ЗНАЧ!
сок		200	1,5	0	30,2	128	6	200	1,5	0	30,2	128	6	418*
вафли		20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	50	3	3,9	29,8	166,8	0	166
итого		220	3	1,85	45,1	211,4	6	250	4,5	3,9	60	294,8	6	#ЗНАЧ!
ужин														
суп рыбный из сайры		180	4,24	5,2	20,24	112,8	9,64	200	5,3	6,5	25,3	150,3	12,05	87
чай с сах		180	0	0	8,98	30	0	200	0	0	11,98	43	0	148
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
мармелад		40	1,4	11,7	25,1	105,6	0	40	1,4	11,7	25,1	105,6	0	176
итого		430	7,14	17	64,32	295,8	9,64	480	9,2	18,36	78,98	377,9	12,05	533
итого за день		1560,70	35,49	44,31	245,64	1329,72	29,76	1880,80	42,25	55,43	301,50	1704,37	33,27	#ЗНАЧ!

3 день															
каша мол геркулес		180	4,78	6,67	19,11	155,5	1,46	200	6,37	8,9	25,49	207,38	1,95	281	
бутерброд с пов		43	2	3,1	27,88	141	0,48	55	2,5	3,39	28,88	161	0,48	*2	
чай с сахаром		150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*	
итого		373	6,82	9,77	56,09	331,5	3,54	455	12,87	12,29	66,5	415,38	4,43	#ЗНАЧ!	
обед															
суп вермиш намб		150	1,9	2,03	12,38	75,42	5,94	200	2,8	2,7	17,15	104,75	8,25	161	
капуста тушеная		120	2,41	4,52	8,11	87,6	14,64	150	3,02	5,66	10,14	109,5	18,3	435	
котлета мясная		60	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	70	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391	
икра каб		40	0,75	3,6	3,1	48,2	2,8	50	0,75	3,6	3,1	60,25	2,8	129	
компот с/ф		180	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522	
хлеб ржан		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123	
Итого		590	14,86	14,375	85,29	471,72	24,05	720	18,11	16,83	106,55	596,5	30,17	1761	
банан		200	0,8	0,8	19,6	288	20	250	1,1	1,1	23,8	360	24	126	
итого		200	0,8	0,8	19,6	288	20	250	1,1	1,1	23,8	360	24	126	
ужин															
суп мол рисовый		180	7,1	7,4	23,1	179,3	0,9	200	7,98	8,21	28,32	187,4	0,9	54	
булочка дом		50	3,61	6,9	23,9	129,58	0	50	3,61	6,9	23,9	129,58	0	358	
чай с сах		180	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	154	
итого		410	10,75	14,3	56,1	343,88	2,5	450	11,63	15,11	64,35	363,98	2,9	566	
итого за день		1573	33,23	39,245	217,08	1435,1	50,09	1875	43,71	45,33	261,2	1735,86	61,5	#ЗНАЧ!	
4 день															
каша мол манная		180	4,68	6,03	23,31	166,5	0,7	200	6,24	8,05	31,09	222,02	0,9	278	
батон с маслом		30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108	
коф-ый напиток		150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	517/*396	
Итого		360,7	10,18	16,63	55,61	407,1	0,7	440,8	12,74	20,65	69,09	501,62	0,9	#ЗНАЧ!	

обед															
свекольник на мб с смет			150	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	200	4,22	6,5	13,77	145	9,95	145
картоф пюре			120	3,9	6	25,7	170,2	12,5	150	4,9	7,5	32,12	212,75	15,62	441
котлета рыбная			70	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	80	7,8	4,35	28,3	114	0,42	356
компот из изюма			150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	526
соус томат			30	0,8	1,4	2,2	26,8	0,3	40	1,06	1,87	2,9	35,73	0,3	366*
хлеб с отр			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого			560	18,16	16,848	99,44	561,25	21,74	720	21,91	20,762	116,91	674,93	26,89	#3НАЧ!
молоко			180	3,69	4,86	6	70,25	0,68	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	529
печенье			20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	40	3	3,9	29,8	166,8	0	604
итого			200	5,19	6,71	20,9	153,65	0,68	250	8,9	10,4	39,4	276,8	1,1	1133
ужин															
омлет с зел.горош			120	6,57	8,7	3,7	117,86	2,52	140	9,2	12,18	5,19	165	3,53	312
пюре фрукт.			90	0,9		15	64								
чай с сахаром			200	0,04	0	12,13	47	2	200	0,04	0	12,13	47	2	154
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10	47,4	0	50	2,5	0,16	16,6	79	0	1
мандарины									100	0,56	0,14	15,2	64	26,6	126
итого			440	9,01	8,8	40,83	276,26	4,52	490	12,3	12,48	49,12	355	32,13	593
итого за день			1560,7	42,54	48,988	216,78	1398,26	27,64	1900,8	55,85	64,292	274,52	1808,35	61,02	#3НАЧ!
5 день															
каша мол гречнев			180	5,98	6,15	26,34	184,6	0,9	200	7,98	8,21	35,13	246,17	0,11	94
батон с маслом			30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
какао с молоком			150	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	200	4,8	4,9	19,87	135,86	0,8	508
сыр			7	0,23	0,29	0	36	0,07	7	0,23	0,29	0	36	0,07	*7
				3,1											
итого			367,7	15,31	17,64	56,44	459,6	1,57	447,8	15,41	21,9	70,2	559,63	0,98	#3НАЧ!
обед															
щи на мб	с смет		150	2,95	4,8	6,87	94,49	15,54	200	3,68	7,07	8,58	131,23	19,41	73*
плов мясной			160	11,96	17,82	30,7	305,6	0,9	200	14,43	21,12	38,45	432,52	1,1	380
с зел гор			30	0,75	0	3,8	15,72	2,14	40	1	0	5	20,96	16,18	134
компот курага			150	0,24	0	19	72,79	5,7	200	0,32	0	25,3	97,1	0	164
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123

итого			530	18,54	23,02	76,45	564,6	24,28	690	22,73	28,69	97,43	776,81	36,69	#ЗНАЧ!
отвар шиповника			150	0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	417*
итого				0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	#ЗНАЧ!
ужин															
суп картоф			150	0,75	0,927	7,5	39,46	8,95	200	1,26	1,83	12,58	68,64	15	158
пирожок печеный из дрож			70	4,51	5,04	28,47	189	18,51	80	4,71	5,11	28,97	196	21,6	142
чай с сахаром			180	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*
итого			400	5,3	5,967	45,07	263,46	29,06	480	9,97	6,94	53,68	311,64	38,6	#ЗНАЧ!
итого за день			1297,7	39,33	46,707	191,71	1362,66	65,91	1817,8	48,35	57,63	239,64	1748,08	91,27	#ЗНАЧ!
6 день															

завтрак

каша мол манная			180	4,68	6,03	23,31	166,5	0,7	200	6,24	8,05	31,09	222,02	0,9	278
батон с маслом			30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
чай с лимоном			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	412*
итого			360,7	7,12	13,53	47,61	338,6	2,3	440,8	8,68	16,55	58,42	410,62	2,9	#ЗНАЧ!
обед															
рассольник на мб с смет			150	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	200	4,1	7,16	20,93	145	8,2	82*
гречка отварн			120	3	4,27	14,6	175,33	0	150	4,5	6,4	21,9	210,39	0	252
котлета мясная			70	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	80	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391
огурец св			40	0,67	3,7	2,8	47,46	12,2	60	0,67	3,7	2,8	47,46	12,2	120
компот вишня			150	0,18	0,08	13,75	75	11	200	0,24	0,1	18,33	100	15	417*
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого			570	16,6	17,06	88,79	589,65	30,14	740	20,61	22,21	112,36	711,85	35,82	#ЗНАЧ!
сок			200	1,5	0	30,2	128	6	200	1,5	0	30,2	128	6	418*
печенье			20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	50	3	3,9	29,8	176,3	0	604
итого			220	3	1,85	45,1	211,4	6	250	4,5	3,9	60	304,3	6	#ЗНАЧ!

ужин															
голубцы ленивые		120	11,50	8,90	8,38	159,26	17,40	140	13,42	10,38	9,78	185,80	17,40	382	
соус том-смет		30	0,37	2,47	1,97	31,09	0,49	40	0,49	3,3	2,6	41,4	0,65	373*	
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122	
чай сл	мар	200	0	0	11,98	43	0	200	0	0	12	43,5	0	148	
итого		380	13,37	11,47	32,33	280,75	17,89	420	16,41	13,84	40,98	349,7	18,05	#ЗНАЧ!	
итого за день		1530,7	40,09	43,91	213,83	1420,4	56,33	1850,8	50,2	56,5	271,76	1776,47	62,77	#ЗНАЧ!	
7 день															
каша мол кукуруз		180	9,98	5	22,94	154	0,9	200	16,56	5,28	27,9	184	1,2	280	
батон с маслом		30,5	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108	
чай с мол		150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	507	
итого		360,5	15,48	15,6	55,24	394,6	0,9	440,8	23,06	17,88	65,9	463,6	1,2	895	
обед															
борщ на мб с смет		150	2,82	4,79	7,83	93,69	7,8	200	3,52	5,98	9,78	117	9,74	142	
макароны отв		120	3,73	2,8	24	163,44	0	150	5,6	4,2	36	204,3	0	219*	
огурец св		40	0,67	3,7	2,8	47,46	12,2	60	0,67	3,7	2,8	47,46	12,2	120	
бефстрогонов из печени		110	10,25	7,052	3,82	119,9	0	120	11,18	7,69	4,13	123,8	0	43	
компот с/ф		180	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522	
хлеб ржан		40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123	
итого		640	20,44	18,757	75,35	585,24	20,3	780	24,71	22,09	100,57	700,56	22,34	#ЗНАЧ!	
банан		200	0,8	0,8	19,6	288	20	250	1	1	24,5	360	20,5	126	
ИТОГО		200	0,8	0,8	19,6	288	20	250	0,82	0,82	12,5	160	25	126	
ужин															
суп с фрикадельками		180	7,5	7,2	15,9	143,01	8	200	7,8	7,6	17,5	158,9	8	186	
хлеб пшен		30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122	
чай с сах		200	4,1	4,1	22,8	138	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	153	

мармелад			40	1,4	11,7	25,1	105,6	0	40	1,4	11,7	25,1	105,6	0	176
итого			450	14,5	23,1	73,8	434,01	8	480	15,8	23,56	82	481,5	8	637
итого день	1650,5 51,22 58,257 223,99 1701,85 49,2 1950,8 64,39 64,35 260,97 1805,66 56,54 #3НАЧ!														
8 день															
каша мол ячневая			180	3,3	4,06	21,24	135	0,7	200	4,1	5,4	28,32	180	0,9	279
батон с маслом			30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
коф-ый напиток			150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	517/*396
итого			360,7	8,8	14,66	53,54	375,6	0,7	440,8	10,6	18	66,32	459,6	0,9	#3НАЧ!
обед															
суп гороховый с гренками			180	4,3	3,9	17,51	105,6	4,83	200	6,5	5,2	22,09	150	6,1	158
рис отв			120	3,1	3,7	33,1	178,1	0	150	3,72	4,44	39,72	213,72	0	424
биточек мясной			60	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	70	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот с/ф			180	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522
итого			580	17,2	11,825	112,31	544,2	5,5	670	21,76	14,51	137,97	685,72	6,92	1618
молоко			180	3,69	4,86	6	70,25	0,68	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	529
вафли			20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	40	3	3,9	29,8	166,8	0	166
ИТОГО			200	5,19	6,71	20,9	153,65	0,68	240	8,9	10,4	39,4	276,8	1,1	695
ужин															
творож-ябл запеканка			120	12,91	9,63	15,12	195,01	4,03	170	18,2	13,48	21,59	275,14	5,6	254*
соус со сгущ мол			25	9,72	22,6	66,28	50,8	16,25	50	19,43	14,71	13,2	67,8	3,25	369
чай с сахаром			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10,1	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
итого	325 24,17 32,33 100,6 328,21 21,88 460 44,13 28,35 63,52 468,94 10,85 #3НАЧ!														
итого за день			1465,7	55,36	65,525	287,35	1401,66	28,76	1810,8	85,39	71,26	307,21	1891,06	19,77	#3НАЧ!

9 день															
каша мол рисовая			180	4,56	5,45	25,71	170	0,9	200	5,16	6,62	32,61	210,13	0,11	283
батон с маслом			30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
какао с молоком			150	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	200	4,8	4,9	19,87	135,86	0,8	508
10 часов															
напиток лимонный			100	0,11	0,01	18,32	72	4,8	100	0,11	0,01	18,32	72	4,8	200
итого			460,7	10,67	16,66	74,13	481	6,3	540,8	12,47	20,03	86	559,59	5,71	1099
обед															
свекольник на мб с смет			150	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	200	4,22	6,5	13,77	145	9,95	145
капуста тушеная			120	2,41	4,52	8,11	87,6	14,64	150	3,02	5,66	10,14	109,5	18,3	435
сосиска			50	5,5	11,95	0,2	130,5	17,5	50	5,5	11,95	0,2	130,5	17,5	405
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот виш			150	0,61	0,038	19,63	72,39	0,6	200	0,63	0,042	19,72	72,45	0,6	526
итого			510	14,54	22,108	55,05	482,6	40,71	650	16,67	24,652	63,93	552,45	46,35	1634
сок			200	1,5	0	30,2	128	6	200	1,5	0	30,2	128	6	418*
булочка детская			50	3,61	6,88	23,94	129,58	0	60	5,05	9,63	33,52	177,7	0	177
ИТОГО			250	5,11	6,88	54,14	257,58	6	260	6,55	9,63	63,72	305,7	6	#ЗНАЧ!
макароны с сыром			150	8,6	8	32,4	237,2	0	160	8,6	8	32,4	237,2	0	220*
сыр			20	0,69	0,58	0	72	0,14	30	0,69	0,87	0	108	0,21	*7
чай сл			160	0	0	8,98	30	0	200	0	0	11,98	43	0	148
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	1
мармелад			30	1,4	11,7	25,1	105,6	0	20	0,7	5,6	12,55	59,07	0	176
итого			390	12,19	20,38	76,48	492,2	0,14	450	12,49	14,63	73,53	526,27	0,21	#ЗНАЧ!
итого за день			1610,7	42,51	66,028	259,8	1713,38	53,15	1900,8	48,18	68,942	287,18	1944,01	58,27	#ЗНАЧ!
10 день															
каша дружба			180	4,66	5,79	20,78	150,75	1,46	200	6,21	7,73	27,71	201	1,95	275
батон с маслом			30,7	2,4	7,5	15,2	137,1	0	40,8	2,4	8,5	15,2	141,6	0	108
чай с мол			150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	507
10 часов															
сок			100	0,75	0	15,1	64	3	100	0,75	0	15,1	64	3	418*

[illegible]

[illegible]



	0
	0



0