

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

08.04.2022-21.04.2022

Утверждаю:

Директор МАДОУ

"СЦРР-ДС "Золотой ключик"

О.Г.Наполова

1 день

[illegible]

чай с сахаром		180	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
итог		330	11,24	16,2	20,58	267,1	2,1	380	13,86	18,94	30,6	347,32	2,1	376
итого за день		1450,7	41,4	51,14	195,52	1334,43	35,71	1740,8	50,71	62,34	239,79	1639,1	42,04	#ЗНАЧ!
2 день														
каша пшеничная мол.		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
кофейный напиток		150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*
итого		360,70	5,74	11,56	45,54	307,10	2,30	440,80	10,50	13,90	55,65	368,60	2,90	#ЗНАЧ!
обед														
суп перловый м/б смет.		150	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	200	4,22	6,5	13,77	145	9,95	145
гречка отварн		120	3	4,27	14,6	175,33	0	150	4,5	6,4	21,9	210,39	0	252
котлета мяс.		60	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	70	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391
компот вишня		30	0,8	1,4	2,2	26,8	0,3	40	1,06	1,87	2,9	35,73	0,3	366*
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		430	17,45	16,48	70,91	520,79	8,94	550	19,9	21,49	89,87	635,85	10,97	#ЗНАЧ!
кисель		180	0,09	0,07	20,25	82,05	1,35	200	0,12	0,1	27	109,4	1,8	396*
печенье		20	1,5	1,85	14,9	83,4	0	40	3	3,9	29,8	166,8	0	604
итого		200	1,59	1,92	35,15	165,45	1,35	240	3,12	4	56,8	276,2	1,8	#ЗНАЧ!
ужин														
суп картофельныйм/б		180	7,1	7,4	23,1	179,3	0,9	200	7,98	8,21	28,32	187,4	0,9	54
чай с сах		180	0	0	8,98	30	0	200	0	0	11,98	43	0	148
растегай с сайрой		120	7,74	8,64	48,8	324	18,51	140	9,03	10,08	56,9	378	22	181
итого		480	14,84	16,04	80,88	533,3	19,41	540	17,01	18,29	97,2	608,4	22,9	383
итого за день		1470,70	39,62	46,00	232,48	1526,64	32,00	1770,80	50,53	57,68	299,52	1889,05	38,57	#ЗНАЧ!

3 день															
каша гречневая мол.			180	7,1	7,4	23,1	179,3	0,9	200	7,98	8,21	28,32	187,4	0,9	54
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 молоком			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	412*
итого			360,7	9,54	14,9	47,4	351,4	2,5	440,8	10,42	16,71	55,65	376	2,9	#ЗНАЧ!
обед															
борщ м/б.	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*
перловый гарнир			120	2,49	3,66	22,86	137,42	0	150	3,4	4,62	31,18	183,6	0	84
гуляш мясной			80	4,5	5,7	1,85	123,6	0,6	90	6	7,6	2,47	164,8	0,8	378
компот с/ф			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			540	13,19	14,598	67,29	503,9	16,74	690	17,01	19,832	82,05	647,08	20,81	#ЗНАЧ!
фрукт			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	1	1	24,5	360	20,5	126
ужин															
суп лапша дом			180	11,9	7,71	27,71	204,89	1,2	200	11,9	7,71	27,71	384	1,2	126*
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
чай с сах			180	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	154
конфета			20	1,4	11,7	25,1	105,6	0	20	1,4	11,7	25,1	105,6	0	176
итого			410	14,84	19,51	71,91	392,89	2,8	460	15,84	19,57	81,54	615,6	3,2	#ЗНАЧ!
итого за день			1510,7	38,37	49,808	206,2	1536,19	42,04	1840,8	44,27	57,112	243,74	1998,68	47,41	#ЗНАЧ!
4 день															
каша рисовая мол.			180	5,7	6,1	19	144,8	0,7	200	6,2	6,9	42,43	175,7	0,7	180
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 сахаром			150	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*
Итого			360,7	8,14	13,6	43,3	316,9	2,3	440,8	12,6	15,4	69,76	364,3	2,7	#ЗНАЧ!

обед															
рассольник м/б смет.			150	3,28	4,8	16,76	116,11	6,57	200	4,1	7,16	20,93	145	8,2	82*
бигус с мясом			150	14,43	24,12	38,45	332	4,8	200	19,24	32,16	51,26	576	6,4	45
напиток из ягод			150	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	522
хлеб с отр			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого			490	20,68	29,335	92,11	608,86	11,67	650	27,08	39,84	120,05	929	15	#ЗНАЧ!
напиток шиповник			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	40	3	3,9	29,8	166,8	0	604
итого			220	3	1,85	45,1	211,4	6	250	4,5	3,9	60	294,8	6	#ЗНАЧ!
ужин															
суп мол вермиш			180	5,7	6,1	19	144,8	0,7	200	6,2	6,9	42,43	175,7	0,7	180
рогалик с повидлом			50	3,61	4,94	35,87	193,44	0,2	60	4,33	5,93	46,04	232,12	0,25	149
чай с сахаром			180	0,04	0	9,1	35	1,6	200	0,04	0	12,13	47	2	412*
итого			410	9,35	11,04	63,97	373,24	2,5	460	10,57	12,83	100,6	454,82	2,95	#ЗНАЧ!
итого за день			1480,7	41,17	55,825	244,48	1510,4	22,47	1800,8	54,75	71,97	350,41	2042,92	26,65	#ЗНАЧ!
5 день															
каша манная мол.			180	4,68	6,03	23,31	166,5	0,7	200	6,24	8,05	31,09	222,02	0,9	278
бутерброд с пов			42	2	3,1	27,88	141	0,48	52	2,5	3,39	28,88	161	0,48	*2
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
итого			372	10,28	12,83	66,09	409,4	1,78	452	13,54	16,34	79,84	518,88	2,18	#ЗНАЧ!
обед															
щи м/б смет.			150	2,82	4,79	7,83	93,69	7,8	200	3,52	5,98	9,78	174,32	9,74	142
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
морская капуста			20	0,41	3,81	0,68	55,5	16,13	30	0,55	5,08	0,91	74	19,2	202
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
компот курага			150	0,12	0,12	11,92	45	4,95	200	0,16	0,16	15,89	60	6,6	*391

итого			520	17,95	26,94	67,21	575,79	29,78	680	21,96	32,84	85,13	835,84	36,64	#ЗНАЧ!
молоко			180	3,69	4,86	6	70,25	0,68	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	529
итого			200	3,69	4,86	6	70,25	0,68	200	5,9	6,5	9,6	110	1,1	529
ужин															
макароны с сыром			150	8,6	8	32,4	237,2	0	170	8,6	8	32,4	237,2	0	220*
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
сыр			20	0,75	0	3,8	15,72	2,14	30	1	0	5	20,96	16,18	134
чай с сахаром			200	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*
итого			400	10,89	8,1	55,3	335,32	3,74	440	16,1	8,16	66,13	384,16	18,18	#ЗНАЧ!
итого за день			1492	42,81	52,73	194,6	1390,76	35,98	1772	57,5	63,84	240,7	1848,88	58,1	#ЗНАЧ!
6 день															
завтрак															
каша геркулес мол.			180	7,1	7,4	23,1	179,3	0,9	200	7,98	8,21	28,32	187,4	0,9	54
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 молоком			150	3,6	3,7	14,9	101,9	0,6	200	4,8	4,9	19,87	135,86	0,8	508
итого			373	12,7	14,2	65,88	422,2	1,98	455	15,28	16,5	77,07	484,26	2,18	#ЗНАЧ!
обед															
суп свекольник м/б смет.			150	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	200	4,22	6,5	13,77	145	9,95	145
картофельное пюре			120	3	4,27	14,6	175,33	0	150	4,5	6,4	21,9	210,39	0	252
напиток шиповник			150	0,24	0	19	72,79	5,7	200	0,32	0	25,3	97,1	0	164
рыба по польски			90	4,5	5,7	1,85	123,6	0,6	120	6	7,6	2,47	164,8	0,8	378
хлеб с отрубями			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого			550	13,76	15,57	62,56	563,83	14,27	720	18,34	21	83,54	712,29	10,75	1062
яблоко			200	0,8	0,8	10	128	20,00	250	0,8	0,8	10	128	20	126
итого			200	0,8	0,8	10	128	20	250	0,8	0,8	10	128	20	126

ужин															
рагу из св овощей			150	2,23	4,04	10,16	186,67	14,33	190	2,67	4,82	12,19	204	17,2	56
хлеб пшен			30	1,5	0,1	10	47,4	0	40	2,5	0,16	16,6	79	0	122
конфета			20	1,05	1,36	10,43	58		20	1,05	1,36	10,43	58		166
чай сл			200	0	0	12	47	0	200	0	0	12	47	0	148
итого			400	4,78	5,5	42,59	339,07	14,33	450	6,22	6,34	51,22	388	17,2	492
итого за день			1523	32,04	36,07	181,03	1453,1	50,58	1875	40,64	44,64	221,83	1712,55	50,13	#3НАЧ!
7 день															
каша дружба мол.			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
коф-ый напиток			150	3,1	3,1	17,1	103,5	0	200	4,1	4,1	22,8	138	0	517/*396
сыр			7	0,23	0,29	0	36	0,07	7	0,23	0,29	0	36	0,07	*7
итого			367,7	10,39	16,68	53,08	427,35	1,53	447,8	12,94	20,62	65,71	516,6	2,02	#3НАЧ!
обед															
суп овощной м/б смет.			150	3,38	5,2	11,03	116,11	7,97	200	4,22	6,5	13,77	145	9,95	145
макароны отв			120	3,73	2,8	24	163,44	0	150	5,6	4,2	36	204,3	0	219*
котлета мясная			60	6,83	3,81	24,8	99,75	0,37	70	7,8	4,35	28,3	114	0,42	391
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*
напиток из ягод			150	0,4	0	12,8	43	0	200	0,6	0	15,6	48	0	161
хлеб с отр			40	2,64	0,4	16,08	76	0	50	3,3	0,5	20,1	95	0	123
итого			550	17,78	13,61	90,91	525,1	8,64	710	22,58	17,42	116,67	642,03	10,67	#3НАЧ!
сок			200	1,5	0	30,2	128	6	200	1,5	0	30,2	128	6	418*
														0,25	
ИТОГО			200	1,5	0	30,2	128	6	250	0,82	0,82	12,5	160	25	#3НАЧ!
ужин															
суп картоф			150	0,75	0,927	7,5	97,52	8,95	200	1,26	1,83	12,58	114,98	15	158
пирожок печеный из дрож			90	3,87	4,32	24,4	162	18,51	100	4,51	5,04	28,47	189	21,6	142
чай с сахаром			180	0,04	0	9,1	35	1,6	200	4	0	12,13	47	2	411*

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]