

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Обед		
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
<i>Котлета "Пермская" ЭТАЛОН</i>	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-10, Калорийность-	80
<i>Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-95, Вит С-14	200
Завтрак		
<i>Яйцо вареное вкрутую ЭТАЛОН</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-, Калорийность-63	40
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
<i>Икра кабачковая ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит С-1	200
Завтрак №2		
<i>Сок в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	180
Полдник		
<i>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180

Заведующая

Кислицына Т.М.

М.П.



День 03.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
<i>Чай с сахаром ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
<i>Сыр Российский ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
<i>Каша вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51, Калорийность-	200
Завтрак №2		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
<i>Суп картофельный с лапшой домашней</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-	200
<i>Биточки из птицы ЭТАЛОН</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-	80
<i>Рагу из овощей ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-	150
<i>Кисель из яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углевода-21, Калорийности-88	180
Полдник		
<i>Чай с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
<i>Булочка домашняя ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196, Вит С-5	50

М.П.

Кислицына Т.М.



День 04.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Запеканка из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН	Белки-24, Жиры-10, Углеводы-40, Калорийность-348	120
Какао с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-	180
Завтрак №2		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-	80
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-113	200
Макароны отварные с маслом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-	130
Полдник		
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Булочка "Умница" йод ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 05.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43, Калорийность-	200
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит. С-1	200
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Рис припущенный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-	150
Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-	200
Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-	80
Полдник		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180
Печенье в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-	40

Заведующая

М.П.



День 06.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Оладьи с повидлом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-	120
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность	30
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность	80
Суп картофельный с вермишелью ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-	200
Каша пшеничная рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-	150
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	180
Крендель сахарный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



День 07.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-21, Углеводы-16, Калорийность-280	106
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200
Завтрак №2		
Мандарины ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-76, Вит.С-	75
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-68	200
Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-	150
Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-212	80
Кисель из ябл. ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
Полдник		
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 10.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-114	200
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-88	200
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-	80
Полдник		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180
Сдоба обыкновенная ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



День 11.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-45, Калорийность-300	200
Завтрак №2		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
Обед		
Суп из овощей ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-87, Вит. С-9	200
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Плов из птицы ЭТАЛОН	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-46, Калорийность-	160
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	180
Пирожок печеный с повидлом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 12.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Каши жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-47, Калорийность-325	200
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-	180
Завтрак №2		
Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	75
Обед		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-	80
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-	200
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-	150
Полдник		
Ряженка ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-99	180
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 13.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Чай с лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-11, Калорийность-46, Вит. С-3	200
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Оладьи с повидлом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-	120
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Котлеты рыбные ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-	80
Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16, Калорийность-	200
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	180
Печенье в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-	40

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 14.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Обед		
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
<i>Котлета "Пермская" ЭТАЛОН</i>	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-10, Калорийность-	80
<i>Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-95, Вит С-14	200
Завтрак		
<i>Яйцо вареное вкрутую ЭТАЛОН</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-, Калорийность-63	40
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
<i>Икра кабачковая ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит С-1	200
Завтрак №2		
<i>Сок в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	180
Полдник		
<i>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180

Заведующая

Кислицына Т.М.

М.П.



День 17.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
<i>Чай с сахаром ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
<i>Сыр Российский ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
<i>Каша вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51, Калорийность-	200
Завтрак №2		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
<i>Суп картофельный с лапшой домашней</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-	200
<i>Биточки из птицы ЭТАЛОН</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-	80
<i>Рагу из овощей ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-	150
<i>Кисель из яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углевода-21, Калорийности-88	180
Полдник		
<i>Чай с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
<i>Булочка домашняя ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196, Вит С-5	50

М.П.

Кислицына Т.М.



День 18.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Запеканка из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН	Белки-24, Жиры-10, Углеводы-40, Калорийность-348	120
Какао с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-	180
Завтрак №2		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-	80
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-113	200
Макароны отварные с маслом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-	130
Полдник		
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Булочка "Умница" йод ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 19.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43, Калорийность-	200
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит. С-1	200
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Рис припущенный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-	150
Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-	200
Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-	80
Полдник		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180
Печенье в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-	40

Заведующая

М.П.



День 20.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Оладьи с повидлом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-	120
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность	30
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность	80
Суп картофельный с вермишелью ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-	200
Каша пшеничная рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-	150
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	180
Крендель сахарный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



День 21.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-21, Углеводы-16, Калорийность-280	106
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200
Завтрак №2		
Мандарины ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-20, Калорийность-76, Вит.С-	75
Обед		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-68	200
Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-	150
Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-212	80
Кисель из ябл. ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
Полдник		
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 24.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-114	200
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-88	200
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-	80
Полдник		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180
Сдоба обыкновенная ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



День 25.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-45, Калорийность-300	200
Завтрак №2		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
Обед		
Суп из овощей ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-87, Вит. С-9	200
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Плов из птицы ЭТАЛОН	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-46, Калорийность-	160
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	180
Пирожок печеный с повидлом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 26.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Каши жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-47, Калорийность-325	200
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-	180
Завтрак №2		
Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	75
Обед		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-	80
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-	200
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-	150
Полдник		
Ряженка ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-99	180
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-	50

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 27.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Чай с лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-11, Калорийность-46, Вит. С-3	200
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Оладьи с повидлом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-	120
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Котлеты рыбные ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-	80
Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16, Калорийность-	200
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	180
Печенье в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-	40

Заведующая

М.П.



Кислицына Т.М.

День 28.03.25 г

МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Обед		
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-	150
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-	60
<i>Котлета "Пермская" ЭТАЛОН</i>	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-10, Калорийность-	80
<i>Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-95, Вит С-14	200
Завтрак		
<i>Яйцо вареное вкрутую ЭТАЛОН</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-, Калорийность-63	40
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
<i>Икра кабачковая ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит С-1	200
Завтрак №2		
<i>Сок в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	180
Полдник		
<i>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-	180

Заведующая

Кислицына Т.М.

М.П.



МБДОУ Д/С № 22 "УЛЫБКА" Х. КРАСНЫЙ ПАХАРЬ МИНЕРАЛОВОДСКОГО РАЙОНА

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
<i>Чай с сахаром ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
<i>Сыр Российский ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
<i>Каша вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51, Калорийность-	200
Завтрак №2		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
Обед		
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-	30
<i>Суп картофельный с лапшой домашней</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-	200
<i>Биточки из птицы ЭТАЛОН</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-	80
<i>Рагу из овощей ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-	150
<i>Кисель из яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углевода-21, Калорийности-88	180
Полдник		
<i>Чай с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
<i>Булочка домашняя ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196, Вит С-5	50

М.П.

Кислицына Т.М.



День 31.03.25 год