

Детские

Сад казённый 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27

Наименование блюда	эн. цен. (ккал),	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-19, Углеводы-95 Калорийность-95	40
Чай с сахаром	Белки-9, Жиры-4, Углеводы-53 Калорийность-53	200/10
Сыр Российский	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51, Калорийность-333	15
Каша вязкая молочная рисовая	рисовая крупа, рисовая, молоко, вода, сахар, соль, масло сливочное	200/5
Завтрак №2		
Яблоки свежие (готовое блюдо)	Белки-11, Жиры-11, Углеводы-39 Калорийность-39	75
Обед		
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-12, Углеводы-20, Калорийность-30	30
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-4, Жиры-19, Углеводы-132 Калорийность-132	30
Суп картофельный с лапшой домашней	Белки-15, Жиры-15, Углеводы-254 Калорийность-254	200
Биточки из птицы	куриное филе, хлеб, молоко, сухари папировочные, масло растительное, соль	80
Рагу из овощей	картофель, морковь, лук репчатый, капуста, масло растительное, вода, масло сливочное, мука пшеничная, томатное пюре, сахар, соль	150
Кисель из яблок	яблоки, сахар, вода, крахмал картофельный, кислота лимонная	180
Полдник		
Булочка дрожжевая	мука пшеничная, сахар, маргарин, яйцо, дрожжи прессованные, соль	50
Чай с молоком	чай, сахар, вода, молоко	200



Детские

Сад казённый 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27

Наименование блюда	эн. цен. (ккал),	Выход (г)
Завтрак		
Яйцо вареное вкрутую	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-63 Калорийность-63	40
Масло сливочное (готовое блюдо)	Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-16, Углеводы-4, Калорийность-43	40
Икра кабачковая (готовое блюдо)	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60
Чай с сахаром и лимоном	Белки-10, Жиры-10, Калорийность-40	200/10/7
Завтрак №2		
Сок фруктовый в ассортименте (готовое блюдо)	Белки-21, Жиры-21, Углеводы-88 Калорийность-88	180
Обед		
Картофель отварной с маслом	Калорийность-180	150/5
Компот из сухофруктов	Белки-1, Жиры-18, Углеводы-76 Калорийность-76	180
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-25	60
Борщ вегетарианский	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-110	200
Мелкошинкованный со сметаной	картофель, свекла, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло растительное, вода, соль, сметана, мука пшеничная, томатное пюре	200
Компота "Перская"	говядина без кости, молоко, хлеб пшеничный, яйцо, сухари, лук репчатый, масло растительное, чеснок, соль	80
Полдник		
Печенье сдобное (готовое блюдо)	Белки-32, Жиры-32, Углеводы-94 Калорийность-94	40
Молоко кипяченое	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94	180



Лист 4

Сад казёнки 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27

Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-19, Углеводы-95 Калорийность-95	40
Каша манная молочная жидкая <small>крупа манная, молоко, вода, сахар, соль, масло сливочное</small>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43 Калорийность-410	200/5
Чай с сахаром и лимоном <small>чай, вода, сахар, лимон</small>	Белки-4, Жиры-10, Углеводы-40 Калорийность-40	200/10/7

Завтрак №2

Яблоки свежие (готовое блюдо)	Белки, Жиры-11, Углеводы-39 Калорийность-39	75
-------------------------------	--	----

Обед

Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Напиток из плодов шиповника <small>сахар, вода</small>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Рис припущенный <small>крупа рисовая, вода, масло сливочное, соль</small>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-200	150
Суп картофельный с бобовыми <small>картофель, морковь, горох, лук репчатый, масло растительное, вода, соль</small>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-137	200
Теттели рыбные с соусом <small>рыба потрошен, обжар, хлеб пшеничный, молоко, лук репчатый, мука пшеничная, масло растительное, сметана, вода, томатное пюре, соль</small>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-184	80/50

Полдник

Молоко кипяченое	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-180	180
Пряника в ассортименте <small>Пшеница, Расщирфрук</small>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-40	40



Лист 3

Сад казёнки 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27 "Ромашка"

Наименование блюда	эн. цен. (ккал)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-16, Углеводы-16, Калорийность-120/10	40
Запеканка из творога со сушеным молоком <small>творог, крупа манная, сахар, яйцо, масло сливочное, сухари панировочные, сметана, соль, молоко сушеное</small>	Белки-24, Жиры-10, Углеводы-40, Калорийность-348	120/10
Какао с молоком <small>какао, сахар, молоко, вода</small>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-180	180

Завтрак №2

Напиток овощной в ассортименте (готовое блюдо)	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	180
--	--	-----

Обед

Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Комплета из говядины <small>говядина без кости, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное, соль</small>	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80
Компот из свежих яблок <small>яблоко, сахар, кислота лимонная, вода</small>	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной <small>свекла, картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, чеснок, сахар, кислота лимонная, вода, соль, сметана</small>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-113	200/5
Макароны отварные с маслом <small>макаронные изделия, масло сливочное, соль</small>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-195	130

Полдник

Напиток из плодов шиповника <small>шиповник, сахар, вода</small>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Булочка "Умница" под <small>Пшеница, Расщирфрук</small>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-91	50



Левь 6

Сад казённый 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г),	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Омлет натуральный с маслом сливочным	Белки-11, Жиры-21, Углеводы-16, Калорийность-280	106/5
Чай с сахаром и лимоном	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит. С-1	200/10/7
Завтрак №2		
Мандарины свежие	Белки-0,78, Углеводы-20,4, Калорийность-76	75
Обед		
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-68	200/5
Капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатное пюре, масло растительное, соль, сметана, вода		
Каша гречневая рассыпчатая	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-312	150/5
Тертель из говядины с соусом сметанным с томатом	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-212	80/50
говядина мякоть, крупа рисовая, вода, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, сметана, томат, соль		
Кисель из яблок	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
яблоки свежие, сахар, крахмал, картофельный, лимонная кислота, вода		
Полдник		
Пюре овощное (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
Чай с молоком	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
чай, сахар, вода, молоко		



Левь 5

Сад казённый 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27

Наименование блюда	эн. цен. (ккал),	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
чай,		
Сырники из творога со сгущенным молоком	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-23, Калорийность-179	100/10
мука пшеничная, яйцо, сахар, соль, масло растительное, молоко сгущенное		
Завтрак №2		
Яблоки свежие (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-39	75
Обед		
Компот из сухофруктов	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
вода, сахар, кислота лимонная		
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
Комплеты из говядины	Белки-15, Жиры-13, Углеводы-32, Калорийность-296	80
говядина мякоть, говядина хвост, пшеничный хлеб, мука пшеничная, вода, сухари панировочные, масло растительное, соль		
Каша пшеничная рассыпчатая	Белки-6,8, Жиры-4,9, Углеводы-42,6, Калорийность-224	150/5
пшеничная, соль, вода, масло сливочное		
Суп картофельный с вермишелью	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-84	200
картофель, морковь, лук репчатый, вермишель, масло растительное, вода, соль		
Полдник		
Кефир (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	180
Кленовый сахарный	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-182	50
мука пшеничная, сахар, лимонный сок, ореховый экстракт, вода, лимонный сок, масло растительное, ванилин, сахар, вода		



День 8

Сад казённый 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27 "Ромашка"

Наименование блюда	эп. мен. (ккал)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-19, Углеводы-95 Калорийность-95	40
Чай с сахаром	Белки-9, Жиры-0, Углеводы-38 Калорийность-38	200
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром	Белки-8,6, Жиры-8,2, Углеводы-45, Калорийность-300	200/5
Завтрак №2		
Напиток овощной в ассортименте (готовое блюдо)	Белки-0,6, Углеводы-31, Калорийность-82	180
Обед		
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Компот из свежих яблок	Белки-9, Жиры-0, Углеводы-122 Калорийность-122	180
Плов из птицы	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-46, Калорийность-459	80/160
Суп из овощей	Белки-1,4, Жиры-3,94, Углеводы-11,4, Калорийность-86,6	200
Полдник		
Кефир (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	180
Пирожок печеный с повидлом	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-81	50



День 4

Сад казённый 10,5 часов Дети

МКДОУ детский сад №27

Наименование блюда	эп. мен. (ккал)	Выход (г)
Завтрак		
Масло сливочное (готовое блюдо)	Белки-4, Жиры-1, Углеводы-38 Калорийность-38	5
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-16, Углеводы-80 Калорийность-80	40
Суп молочный с макаронными изделиями	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-114	200/3
Чай с сахаром	Белки-0,2, Жиры-0,1, Углеводы-9,3, Калорийность-38	200
Завтрак №2		
Яблоки свежие (готовое блюдо)	Белки-8, Жиры-0, Углеводы-30 Калорийность-30	75
Обед		
Картофель отварной с маслом	Калорийность-	150/5
Компот из сухофруктов	Белки-1, Жиры-18, Углеводы-76 Калорийность-76	180
Хлеб ржаной (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-12, Углеводы-60 Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-88	200/5
Зразы рыбные с яйцом	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-204	80

Полдник

Молоко кипяченое	Белки-6, Жиры-94, Углеводы-94 Калорийность-94	200
Салат овощной	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-148	50

