

Детские

Сад казённый 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27

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



Детские

Сад казённый 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27

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



День 4

Сад казёнки 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27

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

#### Завтрак №2

|                               |  |    |
|-------------------------------|--|----|
| Яблоки свежие (готовое блюдо) | Белки, Жиры-11, Углеводы-39<br>Калорийность-39 | 75 |
|-------------------------------|--|----|

#### Обед

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

#### Полдник

|                        |   |     |
|------------------------|---|-----|
| Молоко кипяченое       | Белки-6, Жиры-6,<br>Углеводы-94,<br>Калорийность-94 | 180 |
| Пряника в ассортименте | Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-24,<br>Калорийность-24 | 40  |

День 3

Сад казёнки 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27 "Ромашка"

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

#### Завтрак №2

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

#### Обед

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

#### Полдник

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



Левь 6

Сад казёнки 10,5 часов Дети

**МКДОУ детский сад №27**

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



Левь 5

Сад казёнки 10,5 часов Дети

**МКДОУ детский сад №27**

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



День 8

Сад казённый 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27 "Ромашка"

| Наименование блюда                                | эп. мен. (ккал)  | Выход (г) |
|---|--|-----------|
| <b>Завтрак</b>                                    |  |           |
| 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-9, 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     |
| <b>Завтрак №2</b>                                 |  |           |
| Напиток овощной в ассортименте (готовое блюдо)    | Белки-0,6, Углеводы-31, Калорийность-82                | 180       |
| <b>Обед</b>                                       |  |           |
| Хлеб пшеничный (готовое блюдо)                    | Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106                 | 50        |
| Компот из свежих яблок                            | Белки, Углеводы-32, 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       |
| <b>Полдник</b>                                    |  |           |
| 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) |
|--|--|-----------|
| <b>Завтрак</b>                           |  |           |
| Масло сливочное (готовое блюдо)          | Белки-4, Жиры-4, 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       |
| <b>Завтрак №2</b>                        |  |           |
| Яблоки свежие (готовое блюдо)            | Белки- Углеводы-8, Калорийность-30                 | 75        |
| <b>Обед</b>                              |  |           |
| 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        |

| <b>Полдник</b>   |  |     |
|------------------|--|-----|
| Молоко кипяченое | Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94  | 200 |
| Салат овощной    | Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-148 | 50  |



День 10

Сад казёнки 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27 "Ромашка"

| Наименование блюда  | эн. цен. (ккал),                                      | Выход (г) |
|---|---|-----------|
| <b>Завтрак</b>  |   |           |
| Масло сливочное (готовое блюдо)   | Белки-4, Жиры-4, Углеводы-38<br>Калорийность-38       | 5         |
| Чай с лимоном<br>вода, сахар  | Белки- Жиры-<br>Углеводы-11,<br>Калорийность-46       | 200/7     |
| Хлеб пшеничный (готовое блюдо)  | Белки-3, Жиры-<br>Углеводы-19,<br>Калорийность-95     | 40        |
| Оладьи с повидлом<br>мука пшеничная, яйцо, вода, дрожжи прессованные, сахар, соль, масло растительное, повидло  | Белки-9, Жиры-8,<br>Углеводы-65,<br>Калорийность-350  | 120/10    |
| <b>Завтрак №2</b>   |   |           |
| Яблоки свежие (готовое блюдо)   | Белки- Углеводы-8,<br>Калорийность-30                 | 75        |
| <b>Обед</b>   |   |           |
| Картофель отварной с маслом<br>соль, масло сливочное  | Калорийность-   | 150/5     |
| Компот из сухофруктов<br>сухофрукты, вода, сахар, кислота лимонная  | Белки-1, Жиры-<br>Углеводы-18,<br>Калорийность-76     | 180       |
| Хлеб пшеничный (готовое блюдо)  | Белки-4, Углеводы-32,<br>Калорийность-106             | 50        |
| Комлеты рыбные<br>рыба, хлеб пшеничный, вода, сухари панировочные, соль, масло растительное   | Белки-12, Жиры-15,<br>Углеводы-9,<br>Калорийность-219 | 80        |
| Суп картофельный с крупной<br>картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, лук репчатый, морковь, лук репчатый, мука пшеничная, яйцо, вода, соль | Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-16,<br>Калорийность-93   | 200       |
| <b>Полдник</b>  |   |           |
| Кефир (готовое блюдо)   | Белки-5, Жиры-6,<br>Углеводы-49,                      | 180       |
| Пирожки в ассортименте  | Белки-2, Жиры-2,<br>Углеводы-24                       | 40        |



День 9

Сад казёнки 10,5 часов Дети

### МКДОУ детский сад №27 "Ромашка"

| Наименование блюда   | эн. цен. (ккал),                                       | Выход (г) |
|--|--|-----------|
| <b>Завтрак</b>   |  |           |
| Каши овсяная молочная пшеничная с маслом<br>пшеничная, вода, молоко, сахар, соль, масло сливочное                        | Белки-9, Жиры-11,<br>Углеводы-47,<br>Калорийность-325  | 200/5     |
| Хлеб ржаной (готовое блюдо)  | Белки-3, Жиры-<br>Углеводы-16,                         | 40        |
| Сыр Российский   | Белки-4, Жиры-4,<br>Калорийность-53                    | 15        |
| Кофейный напиток с молоком<br>кофейный напиток, сахар, молоко, вода  | Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14,<br>Калорийность-79    | 180       |
| <b>Завтрак №2</b>  |  |           |
| Бананы свежие (готовое блюдо)  | Белки- Углеводы-11,<br>Калорийность-57                 | 75        |
| <b>Обед</b>  |  |           |
| Хлеб ржаной (готовое блюдо)  | Белки-2, Жиры-<br>Углеводы-12,<br>Белки-10, Жиры-20,   | 30        |
| Хлеб пшеничный (готовое блюдо)   | Углеводы-30  | 30        |
| Комлета из говядины<br>говядина без кости, хлеб пшеничный, молоко, сухари, масло растительное, соль                      | Белки-16, Жиры-18,<br>Углеводы-18,<br>Калорийность-265 | 80        |
| Напиток из плодов шиповника<br>шиповник, сахар, вода   | Калорийность-122                                       | 180       |
| Суп картофельный с клецками<br>картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная, яйцо, вода, соль       | Белки-3, Жиры-3,<br>Углеводы-14,<br>Калорийность-96    | 200       |
| Капуста тушеная<br>капуста белокачанная, масло растительное, морковь, лук репчатый, томатное пюре, мука пшеничная, сахар | Белки-3, Жиры-6,<br>Углеводы-14,<br>Калорийность-120   | 150       |
| <b>Полдник</b>   |  |           |
| Разенка  | Белки-5, Жиры-6,<br>Углеводы-7,                        | 180       |
| Коржечный желеобразный<br>мука пшеничная, сахар-песчаный, яйцо, молоко, сода, ванилин                                    | Белки-3, Жиры-6,<br>Углеводы-27,<br>Калорийность-187   | 50        |

