



Школа дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет) День 03.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	106	каша гречневая вязкая	160	155,35	4,37	4,55	24,23
	263	чай с молоком	180	89,00	2,67	2,34	14,31
		хлеб пшеничный	30	78,51	2,25	0,87	15,42
	6	сыр	10	34,00	2,63	2,66	0,00
Завтрак 2	248	фрукт свежий	100	44,00	0,40	0,40	9,80
Обед	34	салат из свёклы отварной	40	37,6	0,57	2,44	3,32
	53	рассольник ленинградский	150	88,54	1,52	4,58	10,32
	124	макароны отварные с маслом	105	102,16	2,72	2,72	16,70
	177	гуляш из мяса	90	141,91	11,57	9,31	2,97
	253	компот из кураги	180	85,50	0,40	0,02	24,98
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	293	Булочка «Веснушка»	50	100,70	2,60	2,04	17,95
	270	йогурт	160	76,35	4,35	3,75	6,30
				1145,49	40,19	35,40	166,60
ИТОГО: 128,41 руб.							



Школа дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет) День 04.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	111	каша пшеничная молочная жидкая	160	232,63	9,91	10,68	24,22
	266	какао с молоком	180	88,92	3,15	2,72	13,0
		хлеб пшеничный	30	78,51	2,25	0,87	15,42
	6	сыр	10	34,00	2,63	2,66	0,00
Завтрак 2	279	сок фруктовый	100	95,40	0,00	0,00	23,85
Обед	45	икра кабачковая	51	27,84	0,36	1,88	2,37
	56	щи из свежей капусты	150	50,87	1,05	2,93	5,09
	120	пюре картофельное	150	137,22	3,06	4,80	20,45
	163	котлета рыбная	70	160,81	6,83	3,81	24,80
	253	компот из с\ф	180	101,68	0,40	0,02	24,98
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	149	запеканка твор. со сгущ. молоком	130	253,00	17,76	12,10	18,37
	270	кефир	160	90,00	5,22	4,50	7,20
				1354,22	49,88	37,66	206,60
ИТОГО: 154,51 руб.							

Утверждаю:



Утверждаю:
 Директор
 МКОУ «Ильдибаевская ООШ»
 И.Ю. Баранов

Школа _____
 дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет)

Весна _____ лето _____
 День 05.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	111	каша манная жидкая	160	128,00	2,40	3,81	21,04
	264	Кофейный напиток с молоком	180	91	2,85	2,41	14,36
	2	Бутерброд с повидлом	55	156	2,49	3,39	27,56
Завтрак 2	248	фрукт свежий	100	44,00	0,40	0,40	9,80
Обед 4.52		огурцы свежие порционно	40	4,25	0,28	0,04	0,76
	65	Суп картофельный с клецками	150	52,21	1,26	2,01	7,27
	191	Голубцы «Уралочка» (удм. блюдо)	190	219,00	14,12	9,04	20,26
	251	компот из св. яблок	180	86,40	0,14	0,14	21,49
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	8	винегрет	60	56,78	0,82	3,70	5,06
	261	Чай с сахаром	180	40,00	0,06	0,02	9,99
	ИТОГО: 136,69 руб.				979,56	27,98	26,02



Утверждаю:
 Директор
 МКОУ «Ильдибаевская ООШ»
 И.Ю. Баранов

Школа _____
 дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет)

Весна _____ лето _____
 Дата 06.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	106	суп молочный с макаронными изделиями	160	109,04	4,32	3,92	14,13
	266	какао с молоком	180	88,92	3,15	2,72	13,0
	1	бутерброд с маслом сливочным	30\10	112,95	4,88	3,53	15,42
Завтрак 2	279	сок фруктовый	100	95,40	0,00	0,00	23,85
Обед	15	Салат «Тазалык» (удм. блюдо)	40	8,56	0,44	0,08	1,52
	53	Борщ с картофелем	150	65,76	1,23	3,00	8,46
	200	Плов с мясом	160	304,00	16,00	14,78	26,76
	261	Чай с сахаром	180	40,00	0,06	0,02	9,99
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	131	омлет натуральный с маслом	80	126,07	7,21	10,01	1,79
	267	напиток из шиповника	180	60,85	0,51	0,21	14,23
	ИТОГО: 118,36 руб.				1129,17	37,35	40,81

Утверждаю:
 Директор



МКОУ «Ильдибаевская ООШ»
И.В. Баранов

Школа

дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет)

сезон Весна-лето

Дата 07.03.2025

Прием пищи	№ рец	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	107	Каша вязкая молочная «дружба»	160	164,13	4,97	6,18	22,17
	264	Кофейный напиток с молоком	180	91	2,85	2,41	14,36
		хлеб пшеничный	30	78,51	2,25	0,87	15,42
	6	сыр	10	34,00	2,63	2,66	0,00
Завтрак 2	248	фрукт свежий	100	44,00	0,40	0,40	9,80
Обед	12	Горошек зеленый консервированный	40	33,64	1,24	2,08	2,50
	63	Пуштышуд (удм. блюдо)	150	64,80	3,45	2,40	7,35
	175	Мясо тушеное с овощами в соусе	220	296,00	21,71	16,55	15,02
	253	компот из с\ф	180	101,68	0,40	0,02	24,98
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	283	Ватрушка с творогом	70	202,92	9,22	5,48	29,18
	267	кефир	180	1165,32	33,84	27,34	196,44
		ИТОГО: 142,97 руб.		1302,79	57,50	44,07	169,05



МКОУ «Ильдибаевская ООШ»
И.В. Баранов

Школа

дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет)

сезон Весна-лето

Дата 10.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	111	каша пшеничная молочная жидкая	160	232,63	9,91	10,68	24,22
	261	Чай с молоком	180	88,98	2,67	2,34	14,31
		хлеб пшеничный	30	78,51	2,25	0,87	15,42
	6	сыр	10	34,00	2,63	2,66	0,00
	130	Яйцо отварное	20	31,5	2,55	2,30	0,15
Завтрак 2	279	сок фруктовый	100	95,40	0,00	0,00	23,85
Обед	34	салат из свёклы отварной	40	37,6	0,57	2,44	3,32
	56	щи из свежей капусты	150	50,87	1,05	2,93	5,09
	124	макаронны отварные с маслом	105	102,16	2,72	2,72	16,70
	183	Котлета «Загадка»	70	130	9,00	8,00	5,30
	253	компот из с\ф	180	101,68	0,40	0,02	24,98
	хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07	
Полдник	146	Пудинг из творога со сгущ. молоком	130	177,39	17,76	12,10	18,37
	267	напиток из шиповника	180	60,85	0,51	0,21	14,23
		ИТОГО: 134,77 руб.		1206	34	38	182

Утверждаю:
Директор
МКОУ «Ильдибаевская ООШ»



А.В. Баранов

Школа

дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет)

сезон Весна-лето

Дата

11.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	111	Каша пшеничная молочная жидкая	160	143,95	3,24	4,27	23,14
	266	Какао с молоком	180	88,92	3,15	2,72	12,96
	1	бутерброд с маслом сливочным	30\10	112,95	4,88	3,53	15,42
Завтрак 2	248	фрукт свежий	100	44,00	0,40	0,40	9,80
Обед	16	Салат «Сезонный»	40	33,60	0,72	2,00	3,19
	64	Суп картофельный с мак. изделиями	150	63,89	1,73	1,85	10,10
	120	пюре картофельное	150	137,22	3,06	4,80	20,45
	156	Рыба тушеная с овощами	70	69,02	6,81	3,46	2,66
	253	компот из с\ф	180	101,68	0,40	0,02	24,98
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	290	Сдоба обыкновенная	50	85,42	3,88	2,36	12,17
	270	йогурт	160	76,35	4,35	3,75	6,30
	ИТОГО: 130,14 руб.				1082,43	33,36	33,70



А.В. Баранов

Школа

дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет)

сезон Весна-лето

Дата

12.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	111	каша манная жидкая	160	128,00	2,40	3,81	21,04
	261	Кофейный напиток с молоком	180	90,53	2,85	2,41	14,36
	2	Бутерброд с повидлом	55	156	2,49	3,39	27,56
Завтрак 2	279	сок фруктовый	100	95,40	0,00	0,00	23,85
Обед	41	Салат «Удмуртский» (удм. блюдо)	40	72,27	3,63	4,93	3,35
	53	Борщ с картофелем	150	65,76	1,23	3,00	8,46
	120	Пюре из бобовых с маслом	150	256,34	13,64	6,86	35,03
	187	Тефтели мясные	60	171,69	8,87	9,93	11,71
	253	компот из с\ф	180	101,68	0,40	0,02	24,98
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	131	омлет натуральный с маслом	80	126,07	7,21	10,01	1,79
	267	напиток из шиповника	180	60,85	0,51	0,21	14,23
	ИТОГО: 125,93 руб.				1405,22	45,88	45,22

Утверждаю:
Директор
МКОУ «Ильдибаевская ООШ»



Школа: дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет) сезон: Весна-лето Дата: 13.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	106	Каша рисовая молочная вязкая	160	141,56	1,98	3,65	25,56
	266	Какао с молоком	180	88,92	3,15	2,72	12,96
		хлеб пшеничный	30	78,51	2,25	0,87	15,42
	6	сыр	10	34,00	2,63	2,66	0,00
Завтрак 2	248	фрукт свежий	100	44,00	0,40	0,40	9,80
Обед	13	Салат из белокочанной капусты	40	52,26	0,57	4,01	3,48
	59	Суп гороховый	150	63,00	3,15	1,80	8,55
	106	Каша гречневая вязкая с маслом	105	97,5	3,20	3,24	13,98
	202	Котлета куриная	80	223,00	12,64	13,14	13,46
	251	компот из св. яблок	180	86,40	0,14	0,14	21,49
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	285	Гребешок из дрожжевого теста	50	146,01	3,67	5,65	20,12
	269	Молоко кипяченое	150	85,36	4,58	4,08	7,58
				1242,99	41,53	42,89	173,08
		ИТОГО: 138,70 руб.					



Школа: дошкольная группа (возрастная категория 3-7 лет) сезон: Весна-лето Дата: 14.03.2025

Прием пищи	№ рец.	Блюдо	Выход г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	106	суп молочный с макаронными изделиями	160	109,04	4,32	3,92	14,13
	261	Чай с сахаром	180	40,00	0,06	0,02	9,99
	1	бутерброд с маслом сливочным	30\10	112,95	4,88	3,53	15,42
Завтрак 2	279	сок фруктовый	100	95,40	0,00	0,00	23,85
Обед	12	Горошек зеленый консервированный	40	33,64	1,24	2,08	2,50
	67	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	67,40	3,36	1,82	9,41
	176	Жаркое по-домашнему	200	227,00	7,50	5,30	14,66
	253	компот из с\ф	180	101,68	0,40	0,02	24,98
		хлеб ржано-пшеничный	40	101,71	3,17	0,53	21,07
Полдник	130	Яйцо отварное	40	63,00	5,10	4,60	0,30
	45	икра кабачковая	51	27,84	0,36	1,88	2,37
	267	напиток из шиповника	180	60,85	0,51	0,21	14,23
				1064,21	28,47	27,91	152,11
		ИТОГО: 130,03 руб.					