

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 1. Понедельник</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.н331/1	Каша пшеничная на концентрированном молоке со сливочным маслом	200	24,00	8,00	6,00	209,89
7.030	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	18,00	2,00	2,00	112,11
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.01/3	Масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,71
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>63,00</b>	<b>16,00</b>	<b>11,00</b>	<b>454,50</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031/5	Сок фруктовый	140	14,00	0,00	1,00	64,94
	<b>Итого:</b>	<b>140</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>64,94</b>
	<b>Обед</b>					
7.32/1/6	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	9,00	4,00	1,00	80,28
7.037с/4	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	14,00	4,00	2,00	102,76
7.н350	Бигус с мясом куры	230	14,00	8,00	22,00	224,13
7.к-1/133	Куркума	1	0,00	0,00	0,00	0,472
7.024	Кисель из кураги	200	23,00	0,00	1,00	95,60
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>756</b>	<b>86,00</b>	<b>16,00</b>	<b>30,00</b>	<b>622,83</b>
	<b>Полдник</b>					
7.346	Яблоко	100	10,00	0,00	0,00	39,98
7.14/5	Запеканка из творога с рисом	100	16,00	19,00	12,00	282,70
7.004	Сгущенное молоко	15	9,00	1,00	1,00	49,15
7.075	Кефир	150	6,00	5,00	4,00	84,59
	<b>Итого:</b>	<b>365</b>	<b>41,00</b>	<b>25,00</b>	<b>17,00</b>	<b>456,41</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1716</b>	<b>204,00</b>	<b>57,00</b>	<b>56,00</b>	<b>1598,68</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-0

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 2. Вторник</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.н038/5	Омлет натуральный	150	4,00	15,00	12,00	222,56
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.435/2	Сыр	10	0,00	2,00	2,00	32,68
7.022-3	Чай с лимоном	200	13,00	0,00	0,00	55,17
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>38,00</b>	<b>18,00</b>	<b>17,00</b>	<b>405,18</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.319	Апельсин	190	14,00	0,00	1,00	53,83
	<b>Итого:</b>	<b>190</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>53,83</b>
	<b>Обед</b>					
7.333	Салат из помидоров и огурцов с зеленью	60	3,00	2,00	1,00	26,09
7.н39с-1	Борщ с мясом со сметаной	200	11,00	7,00	6,00	136,86
7.6/7/1	Рыба, запеченная в молочном соусе	80	4,00	2,00	9,00	96,86
7.64с	Картофельное пюре	150	22,00	4,00	3,00	145,33
7.063	Напиток из шиповника	200	18,00	0,00	0,00	75,79
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>85,00</b>	<b>15,00</b>	<b>23,00</b>	<b>600,50</b>
	<b>Полдник</b>					
7.023	Йогурт питьевой	150	13,00	5,00	7,00	128,40
7.н066-3	Каша манная молочная со сливочным маслом	120	14,00	4,00	3,00	114,42
7.206с/2	Пирожок с капустой	70	27,00	6,00	5,00	202,95
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>54,00</b>	<b>15,00</b>	<b>16,00</b>	<b>445,77</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1680</b>	<b>191,00</b>	<b>48,00</b>	<b>57,00</b>	<b>1499,73</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-0

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 3. Среда</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.095	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200	2,00	7,00	4,00	184,15
7.189-1	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.01/1	Масло сливочное	3	0,00	2,00	0,00	22,63
7.285	Какао с молоком	200	16,00	3,00	3,00	112,89
	<b>Итого:</b>	<b>443</b>	<b>40,00</b>	<b>13,00</b>	<b>10,00</b>	<b>414,45</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031/5	Сок фруктовый	140	14,00	0,00	1,00	64,94
	<b>Итого:</b>	<b>140</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>64,94</b>
	<b>Обед</b>					
7.014-3	Огурец свежий порционный	60	2,00	0,00	0,00	8,47
7.13/2	Суп картофельный вегетарианский со сметаной	200	10,00	3,00	1,00	76,84
7.н243	Голубцы ленивые в молочном соусе	230	18,00	19,00	20,00	275,36
7.197	Компот из яблок	200	15,00	0,00	0,00	62,30
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
7.к-1/133	Куркума	1	0,00	0,00	0,00	0,47
	<b>Итого:</b>	<b>806</b>	<b>72,00</b>	<b>22,00</b>	<b>26,00</b>	<b>543,03</b>
	<b>Полдник</b>					
7.312-4	Мандарин	100	10,00	0,00	0,00	39,98
7.43-2/3/5	Макаронные изделия отварные с сыром	140	30,00	6,00	7,00	215,78
7.298	Печенье	25	19,00	1,00	3,00	115,45
7.082	Снежок	150	16,00	5,00	4,00	125,38
	<b>Итого:</b>	<b>415</b>	<b>75,00</b>	<b>12,00</b>	<b>14,00</b>	<b>496,59</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1804</b>	<b>201,00</b>	<b>49,00</b>	<b>51,00</b>	<b>1519,01</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 4. Четверг</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.17/5/1	Пудинг из творога	150	32,00	25,00	18,00	422,42
7.004	Сгущенное молоко	15	9,00	1,00	1,00	49,15
7.13/10	Кофейный напиток с молоком	200	14,00	3,00	3,00	85,37
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	64,78
7.01/3	Масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,71
	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>76,00</b>	<b>34,00</b>	<b>25,00</b>	<b>659,44</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.075	Кефир	150	6,00	5,00	4,00	84,59
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>6,00</b>	<b>5,00</b>	<b>4,00</b>	<b>84,59</b>
<b>Обед</b>						
7.15/1	Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	3,00	6,00	1,00	67,16
7.н137	Щи с мясом со сметаной	200	7,00	6,00	6,00	64,11
7.249	Печень говяжья по-строгановски	80	1,00	5,00	12,00	106,89
7.н076/1	Каша гречневая рассыпчатая	150	33,00	5,00	5,00	139,28
7.115/1	Компот из сухофруктов	200	17,00	0,00	0,00	75,18
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>88,00</b>	<b>22,00</b>	<b>29,00</b>	<b>572,21</b>
	<b>15:00</b>					
7.088/1	Груша	150	14,00	0,00	1,00	64,04
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>64,04</b>
<b>Полдник</b>						
7.н125/4	Сельдь	60	0,00	5,00	10,00	89,08
7.64с/4	Картофельное пюре	100	15,00	3,00	2,00	96,90
7.10/10	Чай	200	9,00	0,00	0,00	38,22
7.307	Пряник	40	31,00	1,00	2,00	41,17
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>55,00</b>	<b>9,00</b>	<b>14,00</b>	<b>265,36</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1865</b>	<b>239,00</b>	<b>70,00</b>	<b>73,00</b>	<b>1645,60</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 5. Пятница</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.н119с	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	31,00	6,00	6,00	233,41
7.084	Кофейный напиток с молоком	200	14,00	3,00	3,00	105,37
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.01/3	Масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,71
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>66,00</b>	<b>14,00</b>	<b>12,00</b>	<b>471,27</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031/5	Сок фруктовый	140	14,00	0,00	1,00	64,94
	<b>Итого:</b>	<b>140</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>64,94</b>
	<b>Обед</b>					
7.169	Салат картофельный с огурцом	60	6,00	2,00	1,00	46,50
7.424/3	Суп из свежей рыбы с крупой	200	17,00	4,00	10,00	160,20
7.33/8-410	Колбаски из мяса говядины с отрубями	80	3,00	14,00	16,00	222,44
7.н113/1	Свекла тушенная со сметаной	150	18,00	6,00	3,00	126,14
7.110	Компот из кураги	200	15,00	0,00	0,00	60,45
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.184/1	Хлеб "Солнышко"	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>86,00</b>	<b>26,00</b>	<b>35,00</b>	<b>735,32</b>
	<b>Полдник</b>					
7.346	Яблоко	100	10,00	0,00	0,00	39,98
7.н132/4	Макаронные изделия в молоке с маслом	150	11,00	5,00	4,00	110,10
7.124р/1	Булочка с сыром	60	25,00	13,00	8,00	275,37
7.023	Йогурт питьевой	150	13,00	5,00	7,00	128,40
	<b>Итого:</b>	<b>460</b>	<b>59,00</b>	<b>23,00</b>	<b>19,00</b>	<b>553,84</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1800</b>	<b>220,00</b>	<b>63,00</b>	<b>67,00</b>	<b>1825,37</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 6. Понедельник</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.н125с/1	Каша ячневая на концентрированном молоке со сливочным маслом	200	22,00	7,00	5,00	194,04
7.030	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	18,00	2,00	2,00	112,11
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.01/3	Масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,71
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>61,00</b>	<b>14,00</b>	<b>10,00</b>	<b>438,65</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031/5	Сок фруктовый	140	14,00	0,00	1,00	64,94
	<b>Итого:</b>	<b>140</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>64,94</b>
	<b>Обед</b>					
7.28/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	60	8,00	4,00	1,00	72,84
7.264	Суп крестьянский со сметаной	200	12,00	4,00	2,00	97,62
7.н114	Котлета из мяса курицы	80	4,00	4,00	15,00	124,35
7.н76с	Капуста тушеная	150	14,00	5,00	3,00	109,67
7.к-1/133	Куркума	1	0,00	0,00	0,00	0,47
7.193	Кисель из шиповника	200	22,00	0,00	0,00	91,93
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>756</b>	<b>87,00</b>	<b>17,00</b>	<b>26,00</b>	<b>616,46</b>
	<b>Полдник</b>					
7.344	Яблоко	110	11,00	0,00	0,00	43,97
7.н140с/5	Пудинг творожный с изюмом	100	13,00	15,00	12,00	263,51
7.004	Сгущенное молоко	15	9,00	1,00	1,00	49,15
7.075	Кефир	150	6,00	5,00	4,00	84,59
	<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>39,00</b>	<b>21,00</b>	<b>17,00</b>	<b>441,22</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1716</b>	<b>201,00</b>	<b>52,00</b>	<b>54,00</b>	<b>1561,27</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 7. Вторник</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.123/3	Омлет с кукурузой консервированной	150	11,00	10,00	10,00	199,26
7.022-3	Чай с лимоном	200	13,00	0,00	0,00	55,17
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.435/2	Сыр	10	0,00	2,00	2,00	32,68
	<b>Итого:</b>	<b>400</b>	<b>45,00</b>	<b>13,00</b>	<b>15,00</b>	<b>381,89</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.312	Мандарины	120	7,00	0,00	1,00	34,12
	<b>Итого:</b>	<b>120</b>	<b>7,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>34,12</b>
	<b>Обед</b>					
7.143	Салат из отварной свеклы с чесноком	60	6,00	2,00	1,00	43,70
7.н137	Щи с мясом со сметаной	200	7,00	6,00	6,00	114,11
7.149с-5	Тефтели рыбные из горбуши	80	5,00	8,00	16,00	177,10
7.64с	Картофельное пюре	150	22,00	4,00	3,00	145,33
7.115/1	Компот из сухофруктов	200	17,00	0,00	0,00	75,18
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>84,00</b>	<b>20,00</b>	<b>31,00</b>	<b>675,00</b>
	<b>Полдник</b>					
7.н123с5	Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом	150	19,00	7,00	4,00	157,19
7.10/12к	Кренделек "Золотистый" с куркумой	80	45,00	5,00	7,00	284,59
7.023	Йогурт питьевой	150	13,00	5,00	7,00	128,40
	<b>Итого:</b>	<b>380</b>	<b>64,00</b>	<b>12,00</b>	<b>11,00</b>	<b>441,78</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1655</b>	<b>200,00</b>	<b>47,00</b>	<b>56,00</b>	<b>1532,79</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-0

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 8. Среда</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.9/4	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	200	30,00	5,00	3,00	185,76
7.285	Какао с молоком	200	16,00	3,00	3,00	112,89
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.435/2	Сыр	9	0,00	2,00	2,00	32,68
	<b>Итого:</b>	<b>449</b>	<b>67,00</b>	<b>11,00</b>	<b>11,00</b>	<b>426,11</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031/5	Сок фруктовый	150	15,00	0,00	1,00	69,58
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>15,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>69,58</b>
	<b>Обед</b>					
7.288	Салат из помидоров	60	3,00	3,00	1,00	42,41
7.195-1	Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной	200	8,00	3,00	2,00	67,94
7.34/8/1	Оладьи из печени	80	6,00	9,00	15,00	178,81
7.368-2	Греча с овощами	150	27,00	6,00	4,00	174,71
7.197	Компот из яблок	200	15,00	0,00	0,00	62,30
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.184/1	Хлеб "Солнышко"	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>86,00</b>	<b>21,00</b>	<b>27,00</b>	<b>645,75</b>
	<b>Полдник</b>					
7.8/5	Сырники из творога с морковью	100	13,00	15,00	10,00	249,73
7.044	Сгущенное молоко	15	9,00	1,00	1,00	49,15
7.082	Снежок	150	16,00	5,00	4,00	125,38
7.183	Банан	120	18,00	0,00	1,00	75,65
	<b>Итого:</b>	<b>385</b>	<b>56,00</b>	<b>21,00</b>	<b>16,00</b>	<b>499,91</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1739</b>	<b>224,00</b>	<b>53,00</b>	<b>55,00</b>	<b>1641,35</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 9. Четверг</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.19/4	Каша пшеничная молочная с отрубями с маслом сливочным	200	31,00	6,00	7,00	227,87
7.354/4	Чай с сахаром	200	12,00	0,00	0,00	49,68
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.01/3	Масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,71
	<b>Итого:</b>	<b>445</b>	<b>64,00</b>	<b>11,00</b>	<b>10,00</b>	<b>410,05</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.090-1	Апельсин	100	7,00	0,00	1,00	28,33
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>7,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>28,33</b>
<b>Обед</b>						
7.14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	2,00	6,00	0,00	62,28
7.н-282	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	200,0	2,00	3,00	14,00	89,88
7.н041/1	Запеканка картофельная с отварным мясом	230	28,00	23,00	23,00	361,18
7.110	Компот из кураги	200	19,00	0,00	0,00	77,10
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.050	Хлеб пшеничный	20	10,00	0,00	2,00	46,59
7.004	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>755</b>	<b>78,00</b>	<b>32,00</b>	<b>42,00</b>	<b>710,03</b>
<b>Полдник</b>						
7.075	Кефир	150	6,00	5,00	4,00	84,59
7.43-2/3/5	Макаронные изделия отварные с сыром	140	30,00	6,00	7,00	215,78
7.304-	Мармелад	30	23,00	0,00	0,00	88,63
	<b>Итого:</b>	<b>320</b>	<b>59,00</b>	<b>11,00</b>	<b>11,00</b>	<b>389,01</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1620</b>	<b>208,00</b>	<b>54,00</b>	<b>64,00</b>	<b>153,42</b>

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -  
детский сад комбинированного вида № 443**



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 443  
Ю.В. Терновая  
Приказ от 17.02.2025 № 5-о

**10 дневное меню МБДОУ - детского сада комбинированного вида № 443 (САД)**

Номер Технологической карты	Наименование блюда	Вес одной порции, г	Углеводы, г	Жиры, г	Белки, г	Энергетическая ценность, ккал
<b>День № 10. Пятница</b>						
	<b>Завтрак</b>					
7.н119с	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	200	23,00	7,00	5,00	196,58
7.084	Кофейный напиток на молоке	200	17,00	3,00	3,00	113,89
7.189-5	Батон	40	21,00	1,00	3,00	94,78
7.01/3	Масло сливочное	5	0,00	4,00	0,00	37,71
7.435/2	Сыр	10	0,00	2,00	2,00	32,68
	<b>Итого:</b>	<b>455</b>	<b>61,00</b>	<b>17,00</b>	<b>13,00</b>	<b>475,64</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031/5	Сок фруктовый	150	15,00	0,00	1,00	69,58
	<b>Итого:</b>	<b>150</b>	<b>15,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,00</b>	<b>69,58</b>
	<b>Обед</b>					
7.275/3	Икра кабачковая	60	6,00	5,00	1,00	74,43
7.н086-2	Суп гороховый с мясом со сметаной	200	14,00	6,00	8,00	157,92
7.34/2/4	Гренки	15	8,00	0,00	1,00	41,93
7.117-3	Рыба(горбуша), запеченная с картофелем по-русски	230	38,00	16,00	29,00	453,91
7.078	Компот из изюма	200	18,00	0,00	0,00	76,10
7.003	Хлеб ржаной	40	17,00	0,00	3,00	73,00
7.004	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>101,00</b>	<b>27,00</b>	<b>42,00</b>	<b>777,29</b>
	<b>Полдник</b>					
7.312-7	Мандарины	100	6,00	0,00	0,00	28,44
7.н253	Рис в молоке со сливочным маслом	200	15,00	6,00	5,00	136,13
7.6/12/4	Ватрушка со сметаной	70	37,00	11,00	7,00	301,23
7.023	Йогурт питьевой	150	13,00	5,00	7,00	128,40
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>71,00</b>	<b>22,00</b>	<b>19,00</b>	<b>594,19</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1845</b>	<b>246,00</b>	<b>66,00</b>	<b>75,00</b>	<b>1916,70</b>