

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71»  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**


**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ ДО 3-х ЛЕТ**

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Калужного, 28А

тел.: (88662) 91-49-00  
E-mail: 07detсад71@mail.ru

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Д/С № 71»  
 Л.Р. Шернева

1 день (Понедельник)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
1 день 1 неделя							
Завтрак	Макароны отварные с тертым сыром	125	7	6,4	19,9	165	220
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>315</b>	<b>9,49</b>	<b>13,96</b>	<b>370,51</b>	<b>329</b>	
Обед	Суп «Крестьянский» со сметаной	200	2,23	2,61	13,12	85	86
	Гёфтели из говядины	60	8,14	9,04	10,3	155	304
	Пюре гороховое	100	2,04	3,2	13,62	92	324
	Компот из свежих фруктов витаминизированный	150	0,18	0,11	20,87	85	391
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	189	
	<b>Итого за обед</b>	<b>650</b>	<b>18,91</b>	<b>15,76</b>	<b>96,55</b>	<b>606</b>	
Полдник	Шоколадные конфеты «Аленка»	50	0,4	0,4	9,8	44	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>50</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Ужин	Рагу из овощей	105	1,26	7,26	7,5	100	148
	Кофейный напиток на молоке	150	2,34	2	10,63	70	414
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за ужин</b>	<b>285</b>	<b>5,97</b>	<b>9,56</b>	<b>32,62</b>	<b>241</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1240</b>	<b>34,77</b>	<b>39,68</b>	<b>509,48</b>	<b>1220</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Каложного, 28А

тел.: (88662) 91-49-00

E-mail: zoc@skd71.nalchik.ru

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Д/С № 71»

*Л.Р. Шериева* Л.Р. Шериева

2 день (Вторник)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
2 день 1 неделя							
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	155	4,01	2,06	25,19	135	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>6,5</b>	<b>9,62</b>	<b>46,8</b>	<b>299</b>	
Обед	Суп-лапша домашняя	150	1,3	3	7,2	61,4	94
	Курица тушеная в сметанном соусе	120	14,1	12,9	3,5	187	318
	Пшеничный гарнир	120	5,3	4,6	30,3	183,6	330
	Компот из сухофруктов витаминизированный	150	0,33	0,02	20,83	85	394
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за обед</b>	<b>570</b>	<b>23,4</b>	<b>20,82</b>	<b>76,32</b>	<b>588</b>	
Полдник	Сок	200	0,5	0,5	21	96	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	
Ужин	Запеканка творожная	100	17,54	12,05	17,15	247	251
	Кофейный напиток на молоке	150	2,34	2	10,63	70	414
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>22,25</b>	<b>14,35</b>	<b>42,27</b>	<b>388</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1395</b>	<b>52,7</b>	<b>45,29</b>	<b>186,4</b>	<b>1371</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Каложного, 28А

тел.: (88662)91-49-00  
E-mail: info@detсад.71.nalchik.ru



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Д/С № 71»  
Л.Р. Шернева Л.Р. Шернева

3 день (Среда)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
3 день 1 неделя							
Завтрак	Каша манная молочная	155	3,4	3,96	22,94	141	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>5,89</b>	<b>11,52</b>	<b>44,55</b>	<b>305</b>	
Обед	Рассольник со сметаной	150	1,3	3,1	10	72,9	82
	Шницель мясной	60	9,32	7,07	9,64	139	299
	Капуста тушеная	100	2	3,7	9,5	79	143
	Кисель плодово-ягодный	150	0,1	0,1	17,1	69,3	401
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	189	
	<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>19,04</b>	<b>14,77</b>	<b>84,88</b>	<b>549,2</b>	
Полдник	Печенье	80	1,4	2,4	19,8	104	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>80</b>	<b>1,4</b>	<b>2,4</b>	<b>19,8</b>	<b>104</b>	
Ужин	Оладьи с повидлом	65	4,6	4,1	27,9	167	432
	Кефир с сахаром	150	4,35	3,75	6	75	420
	<b>Итого за ужин</b>	<b>215</b>	<b>8,95</b>	<b>7,85</b>	<b>33,9</b>	<b>242</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1180</b>	<b>35,28</b>	<b>36,54</b>	<b>183,13</b>	<b>1200,2</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Калюжного, 28А

тел.: (88662)91-49-00  
E-mail: [skad71@mail.ru](mailto:skad71@mail.ru)



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «ДС № 71»  
*Л.Р. Шернева* Л.Р. Шернева

4 день (Четверг)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
4 день I неделя							
Завтрак	Каша «Дружба» молочная	150	4,1	7,6	29,6	204,5	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>340</b>	<b>6,59</b>	<b>15,16</b>	<b>51,21</b>	<b>368,5</b>	
Обед	Щи из свежей капусты и картофеля	200	1,36	3,86	5,35	62	72
	Картофельная запеканка с мясом	120	8,9	6,6	20,4	177	308
	Компот из сухофруктов витаминизированный	150	0,33	0,02	20,83	85	394
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	189	
	<b>Итого за обед</b>	<b>550</b>	<b>16,91</b>	<b>11,28</b>	<b>85,22</b>	<b>513</b>	
Полдник	Мармелад	50	3	1,7	32,3	130	3
	<b>Итого за полдник</b>	<b>50</b>	<b>3</b>	<b>1,7</b>	<b>32,3</b>	<b>130</b>	
Ужин	Пирожки печеные с повидлом	50	2,88	1,17	27,78	133	437
	Какао с молоком	150	3,2	2,7	13	89	416
	<b>Итого за ужин</b>	<b>200</b>	<b>6,08</b>	<b>3,87</b>	<b>40,78</b>	<b>222</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1140</b>	<b>32,58</b>	<b>32,01</b>	<b>209,51</b>	<b>1233,5</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Калюжного, 28А

тел.: (88662) 91-49-00  
E-mail: 07detcad71@mail.ru

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «ДС № 71»  
*Л.Р. Шериева* Л.Р. Шериева

5 день (Пятница)


Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ реп
5 день 1 неделя							
Завтрак	Каша молочная гречневая	150	4,4	3,8	23,4	144,9	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>340</b>	<b>6,89</b>	<b>11,36</b>	<b>45,01</b>	<b>308,9</b>	
Обед	Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной	150	1,1	2,9	7,6	61,5	63
	Котлеты рыбные	60	7,2	4,31	2,4	77	271
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,35	110	339
	Компот из сухофруктов витаминизированный	150	0,33	0,02	20,83	85	394
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	189	
	<b>Итого за обед</b>	<b>560</b>	<b>17,4</b>	<b>11,87</b>	<b>85,82</b>	<b>522,5</b>	
Полдник	Бананы	100	1,5	0,5	21	96	386
	<b>Итого за полдник</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	
Ужин	Омлет натуральный с сыром	65	7	12,9	1,07	148	230
	Какао с молоком	150	3,2	2,7	13	89	416
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за ужин</b>	<b>245</b>	<b>12,57</b>	<b>15,9</b>	<b>28,56</b>	<b>308</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1245</b>	<b>38,36</b>	<b>39,6</b>	<b>180,4</b>	<b>1235,4</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Каложного, 28А

тел.: (88662)91-49-00  
E-mail: "detсад71@mail.ru"

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Д/С № 71»  
 Л.Р. Шернева

6 день (Понедельник)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
1 день 2 неделя							
Завтрак	Макароны отварные с тертым сыром	125	7	6,4	19,9	165	220
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>315</b>	<b>9,49</b>	<b>13,96</b>	<b>41,51</b>	<b>329</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	150	3,1	3,2	9,6	80	87
	Гуляш из говядины	120	15,4	12,4	4	189	293
	Пшеничный гарнир	120	5,3	4,6	30,3	183,6	330
	Кисель плодово-ягодный	150	0,1	0,1	17,1	69,3	401
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за обед</b>	<b>570</b>	<b>26,27</b>	<b>20,6</b>	<b>75,49</b>	<b>592,9</b>	
Полдник	Конфеты шоколадные «Аленка»	50	0,4	0,4	9,8	44	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>50</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Ужин	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	452
	Какао с молоком	150	3,2	2,7	13	89	416
	<b>Итого за ужин</b>	<b>200</b>	<b>6,84</b>	<b>8,96</b>	<b>39,96</b>	<b>268</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1135</b>	<b>43</b>	<b>43,9</b>	<b>220,8</b>	<b>1234</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Капюжаного, 28А

тел.: (88662) 91-49-00  
E-mail: detсад71@mail.ru



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «ДС № 71»  
*Л.Р. Шериева* Л.Р. Шериева

7 день (Вторник)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
2 день 2 недели	Завтрак						
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	155	4,01	2,06	25,19	135	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>6,5</b>	<b>9,62</b>	<b>46,8</b>	<b>299</b>	
Обед	Суп вермишелевый со сметаной	200	2,15	2,27	13,71	84	88
	Плов из курицы	160	16	14,78	26,76	304	321
	Компот из сухофруктов витаминизированный	150	0,33	0,02	20,83	85	394
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>20,85</b>	<b>17,37</b>	<b>75,79</b>	<b>544</b>	
Полдник	Печенье	80	1,4	2,4	19,8	104	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>80</b>	<b>1,4</b>	<b>2,4</b>	<b>19,8</b>	<b>104</b>	
Ужин	Сырники из творога	50	9,3	6,3	5,4	116	245
	Какао с молоком	150	3,2	2,7	13	89	416
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за ужин</b>	<b>230</b>	<b>14,87</b>	<b>9,3</b>	<b>32,89</b>	<b>276</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1195</b>	<b>43,6</b>	<b>38,7</b>	<b>175,3</b>	<b>1223</b>	



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Калужного, 28А

тел: (88662) 91-49-00  
E-mail: [info@detkad71.ru](mailto:info@detkad71.ru)

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Д/С № 71»  
Л.Р. Шериева

8 день (Среда)

Прием нши	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (кал)	№ реп
3 день 2 неделя	Завтрак						
Завтрак	Каша рисовая молочная	155	2,32	3,96	24,08	141	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>4,81</b>	<b>11,52</b>	<b>45,69</b>	<b>305</b>	
Обед	Борщ из свежей капусты и картофеля со сметаной	150	1,1	2,9	7,6	61,5	63
	Биточки мясные	80	12,4	9,2	12,6	183	299
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,35	110	339
	Компот из свежих фруктов	150	0,18	0,11	20,87	85	391
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
<b>Итого за обед</b>	<b>530</b>	<b>18,5</b>	<b>16,35</b>	<b>71,91</b>	<b>510,5</b>		
Полдник	Бананы	100	1,5	0,5	21	96	386
	<b>Итого за полдник</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	
Ужин	Омлет натуральный с сыром	65	7	12,9	1,07	148	230
	Кофейный напиток на молоке	150	2,34	2	10,63	70	414
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за ужин</b>	<b>245</b>	<b>11,71</b>	<b>15,2</b>	<b>26,19</b>	<b>289</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1220</b>	<b>36,52</b>	<b>43,6</b>	<b>176,09</b>	<b>1234,5</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Калужного, 28А

тел.: (88662) 91-49-00

E-mail: detсад71@yandex.ru

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «Д/С № 71»  
*И.Р. Шерпева* И.Р. Шерпева

9 день (Четверг)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ рец
4 день 2 неделя	Завтрак						
Завтрак	Каша манная молочная	155	3,4	3,96	22,94	141	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>5,89</b>	<b>11,52</b>	<b>44,55</b>	<b>305</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	3,3	3,2	9,8	80,9	87
	Котлета мясная	60	9,32	7,07	9,64	139	299
	Гречневый гарнир с соусом	120	6,9	4,9	30,9	195	330
	Компот из свежих фруктов	150	0,18	0,11	20,87	85	391
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за обед</b>	<b>510</b>	<b>22,07</b>	<b>15,58</b>	<b>85,7</b>	<b>570,9</b>	
Полдник	Сок	200	0,5	0,5	21	96	
	<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	
Ужин	Рагу из овощей	105	1,26	7,26	7,5	100	148
	Кофейный напиток на молоке	150	2,34	2	10,63	70	414
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	
	<b>Итого за ужин</b>	<b>285</b>	<b>5,97</b>	<b>9,56</b>	<b>32,62</b>	<b>241</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1340</b>	<b>34,4</b>	<b>37,2</b>	<b>183,9</b>	<b>1213</b>	

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ МЕСТНОЙ АДМИНИСТРАЦИИ  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК» КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №71» ГОРОДСКОГО ОКРУГА НАЛЬЧИК  
КАБАРДИНО-БАЛКАРСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

360016, КБР, г.о. Нальчик  
ул. Каложного, 28А

тел.: (88662)91-49-00  
E-mail: 07detcad71@mail.ru



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ «ДС № 71»  
*L.P. Sherieva* Л.Р. Шериева

10 день (Пятница)

Прием пищи	Название блюд и продуктов	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая цен (калл)	№ реп
5 день 2 неделя	Завтрак						
Завтрак	Каша молочная гречневая	150	4,4	3,8	23,4	144,9	182
	Бутерброд с маслом	40	2,45	7,55	14,62	136	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	411
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>340</b>	<b>6,89</b>	<b>11,36</b>	<b>45,01</b>	<b>308,9</b>	
Обед	Суп картофельный с рисом и сметаной	200	1,6	2,2	11,7	73	86
	Котлеты рыбные	60	7,2	4,31	2,4	77	271
	Макароны отварные	120	4,4	3,6	21,2	134,8	335
	Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,8	22,3	372
	Компот из свежих фруктов	150	0,18	0,11	20,87	85	391
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	189	
<b>Итого за обед</b>	<b>640</b>	<b>20,12</b>	<b>12,52</b>	<b>96,61</b>	<b>581,1</b>		
Полдник	Мармелад	50	3	1,7	32,3	130	3
	<b>Итого за полдник</b>	<b>50</b>	<b>3</b>	<b>1,7</b>	<b>32,3</b>	<b>130</b>	
Ужин	Ватрушки	70	4,7	3,2	47,4	239	441
	Кефир с сахаром	150	4,35	3,75	6	75	420
	<b>Итого за ужин</b>	<b>185</b>	<b>6,58</b>	<b>5,24</b>	<b>28,1</b>	<b>186</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1215</b>	<b>36,6</b>	<b>30,8</b>	<b>202,02</b>	<b>1206</b>	