


 УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Плотникова М.В.)
 06.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
				Белки	Жиры	Угледо ды	
07.05.2025							
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ	120	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)						
	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	149	199	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	30	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		460,00	541,00	11,82	14,79	89,26	534,95
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	100	0,4	0,4	9,8	47
	АПЕЛЬСИН(смешарики)	104	104	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		204,00	204,00	1,29	0,60	17,90	90,00
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00	3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	32	48	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(непоседы)	180	200	2,59	3,02	11,23	82,8
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	28	1,88	0,27	14,92	65,86
	БАТОН	15	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	179	0,18	0	12,87	53,55
Итого за обед		715,00	1039,00	25,14	31,15	90,46	741,90
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)	180	180	0	0	8,8	35,3
	МОЛОКО	149	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАТОН(непоседы)	20	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	51	71	6,89	9,91	31,97	254,13
Итого за полдник		384,00	434,00	13,13	14,52	59,42	431,35
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)						
	ОМЛЕТ	149	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	17	1,19	0,17	9,44	41,65
	БАТОН	15	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		512,00	560,00	15,77	25,02	69,93	582,87
Итого за день		2278,00	2781,00	67,15	86,08	326,97	2381,07
Среднее значение за период		2278,00	2781,00	67,15	86,08	326,97	2381,07

ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ
 ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
 ДИЕТА гр КРЕПЫШИ