

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

Плотникова М.В.

14.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Энергическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
15.04.2025							
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	200	4.5	5.9	22	159
	БАТОН	36	36	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	13	3	3.87	0	47.47
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1			429.00	9.00	10.02	43.65	301.27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	192	192	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2			192.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	40	60	3	4.5	4.12	69
	ЩИ	180	200	2.32	3.28	4.16	55.2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	150	3.9	5.5	39.1	126.4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	80	7.89	7.89	3.19	136
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	180	0.17	0.07	12.94	52.48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	51	2.76	0.39	21.91	96.74
Итого за обед			723.00	20.04	21.63	85.42	535.82
Полдник	ЙОГУРТ	196	196	5.22	4.5	19.8	140.4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	70	4.59	8.62	38.82	250.49
Итого за полдник			266.00	9.81	13.12	58.62	390.89
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	60	2.82	11.6	4.18	133.07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	150	3.17	3.92	14.25	127.33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	80	3.66	4.1	2.7	102.35
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	180	0.2	0.2	13.89	66.9
	БАТОН	43	43	1.8	0.3	15.42	71.4
Итого за ужин 1			513.00	11.65	20.12	50.44	501.05
Итого за день			2126.00	51.50	65.09	257.93	1815.03
Среднее значение за период			2126.00	51.50	65.09	257.93	1815.03