



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ Плотнокова М.В.)
16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн. ценнос ть
				Белки	Жиры	Углеводы	
17.06.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	150					
	БАТОН	30	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета)	180					
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		687.00	428.00	13.67	12.29	55.77	386.02
Завтрак 2	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)(непоседы	180	180	0	0	8,8	35,3
	СОК (фруктовый/овощной)	200	203	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		380.00	383.00	1.00	0.20	28.60	121.30
На весь день	Соль иодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00	3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	БУЛЬОН МЯСНОЙ(непоседы)		200	2,8	2,3	1	37,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	15	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		574.00	1099.00	26.68	23.51	105.11	745.95
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета)	180					
Полдник	ЙОГУРТ	178	198	5,8	5	22	156
	БАТОН	20					
	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	44	62	6,65	5,47	34,06	220,35
Итого за полдник		422.00	260.00	12.45	10.47	56.06	376.35
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	41	62	0,48	0	0,96	7,92
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ(непоседы)		150	4,22	5,61	30,5	113,74
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		441.00	662.00	27.85	17.41	86.99	517.36
Итого за день		2507.00	2835.00	81.65	63.88	332.53	2146.98
Среднее значение за период		2507.00	2835.00	81.65	63.88	332.53	2146.96

ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ
ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
ДИЕТА гр КРЕПЫШИ