

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Плотникова М.В.)
27.06.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
				Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025							
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	140	188	4,87	5,3	25,56	168,96
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(лучики) (непоседы)(диета)	120	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	БАТОН	21	24	2,12	0,35	18,14	84
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	6	7	1,85	2,38	0	29,21
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	25	25	2,59	2,29	0,2	31,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	171	191	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ(лучики) (непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		668.00	770.00	18.26	21.73	105.84	691.51
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	194	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ(лучики) (непоседы)(смешарики)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 2		374.00	374.00	1.00	0.20	28.60
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00	3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	38	0,32	0	0,64	5,28
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	169	189	2,88	2,29	15,36	93,6
	БУЛЬОН МЯСНОЙ(непоседы)		198	2,8	2,3	1	37,5
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	121	152	2,71	2,9	15,22	98,98
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ(лучики) (непоседы)(диета)	104	128	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	58	77	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	51	2,86	0,41	22,64	99,96
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за обед		710.00	1013.00	24.42	36.17	88.84	790.06
Полдник	МОЛОКО	163	182	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ(лучики) (непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	ПРЯНИКИ	21	29	1,88	1,49	23,92	116,75
	ПЕЧЕНЬЕ	21	19	0,01	0	10,78	43,56
	БАТОН(лучики) (непоседы)(диета)	10	14	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		374.00	424.00	8.69	6.59	63.08	348.01
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	31	47	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	123	142	12,88	11,75	20,25	253,88
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(лучики)(непоседы)	120	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	28	47	1,3	5,52	5,42	77,15
	БАТОН	21	24	2,06	0,34	17,59	81,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		503.00	590.00	20.58	25.45	93.31	700.92
Итого за день		2632.00	3174.00	72.95	90.14	379.67	2651.80
Среднее значение за период		2632.00	3174.00	72.95	90.14	379.67	2651.80

ДИЕТА гр ЛУЧИКИ
ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ
ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
ДИЕТА гр КРЕПЫШИ