



УТВЕРЖДАЮ
Плотникова М. В.
03.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Ясли	Сад	Пищевые вещества			Эн.цен ность
				Белки	Жиры	Углево ды	
04.07.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	31	31	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1			434.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	109	109	0,5	0,1	9,85	42,8
	ЯБЛОКО	1 шт	1 шт	0,48	0,48	11,76	56,4
Итого за завтрак 2			229.00	0.98	0.58	21.61	99.20
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день			3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	87	2,81	0,4	22,29	98,38
Итого за обед			788.00	18.95	18.74	95.80	547.49
Полдник	МОЛОКО	180	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ГРЕНКА МОЛОЧНАЯ	69	69	6,09	8,03	19,8	131,26
Итого за полдник			268.00	11.69	12.93	29.10	236.06
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	40	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	80	13,44	4,88	3,56	116
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН	35	42	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			507.00	20.42	12.78	42.74	392.65
Итого за день			2229.00	62.53	57.09	242.11	1638.73
Среднее значение за период			2229.00	62.53	57.09	242.11	1638.73