



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий (Плотникова М.В.)
30.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
				Белки	Жиры	Угледо ы	
05.05.2025							
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	151	201	4,87	5,3	25,56	168,96
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)(диета)	120	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	БАТОН	30	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	201	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		667.00	772.00	13.80	17.06	105.49	630.10
Завтрак 2	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	СОК (фруктовый/овощной)	200	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		380.00	380.00	1.00	0.20	28.60	121.30
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00	3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ	42	63	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ(непоседы)(диета)	180	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	61	81	5,83	17,37	9,03	212,46
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ(непоседы)(диета)	61	81	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	49	2,57	0,37	20,4	90,04
	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		1009.00	1184.00	25.00	54.39	101.83
Полдник	МОЛОКО	182	203	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	ПРЯНИКИ	24	28	2,02	1,6	25,67	125,25
	БАТОН(непоседы)(диета)	20	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		406.00	431.00	8.82	6.70	54.05	312.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)(диета)	120	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ШАРЛОТКА	131	151	11,33	13,13	27,15	273,6
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	34	1,99	0,33	17,02	78,95
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за ужин 1		701.00	805.00	19.06	24.50	107.93
Итого за день		3166.00	3575.00	67.68	102.85	397.90	2777.36
Среднее значение за период		3166.00	3575.00	67.68	102.85	397.90	2777.36

ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ
ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
ДИЕТА гр КРЕПЫШИ