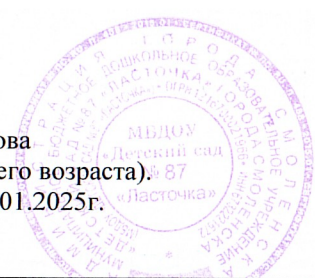
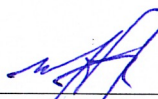
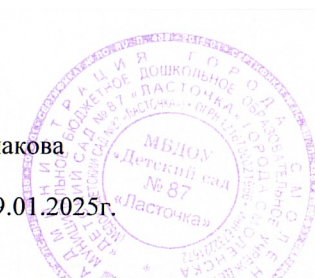


Утверждаю
Заведующий  И.В. Жернакова
Меню на «11» июля 2025г. (группа раннего возраста) № 87
Утверждено приказом № «8» - ОД от 09.01.2025г.



Утверждаю
Заведующий  И.В. Жернакова
Меню на «11» июля 2025г. (сад).
Утверждено приказом № «8 - ОД» от 09.01.2025г.



Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ реце п	Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энер.це н. ккал	№ реце п
		Белки г	Жиры г	Углев. г						Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак								Завтрак							
Пудинг из творога с рисом	120	14,73	9,94	18,93	0,19	224,00	236	Пудинг из творога с рисом	150	22,09	14,91	28,40	0,27	336,00	236
Соус молочный сладкий	30	0,23	0,03	8,51	1,03	34,65	359	Соус молочный сладкий	40	0,23	0,03	8,51	1,03	34,65	351
Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,00	11,96	0,98	75,83	395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	1,17	91,00	395
Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1	Бутерброд с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	-	136,00	1
Итого за завтрак	325	19,74	15,63	54,59	2,20	438,48		Итого за завтрак	430	27,62	24,90	65,89	2,47	597,65	
2-завтрак Сок	98,6	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399	2-завтрак Сок	98,6	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед								Обед							
Суп картофельный с овсяными хлопьями на курином бульоне	180	2,18	2,84	14,29	8,25	65,88	80	Суп картофельный. с овсяными хлопьями на курином бульоне	200	2,18	2,84	14,29	8,25	73,20	80
Капуста тушеная	120	2,47	3,88	11,31	20,60	90,15	336	Капуста тушеная	150	3,10	4,86	14,15	25,76	112,76	336
Биточки из мяса птицы паровые	80	8,94	9,46	6,06	0,30	145,50	306	Биточки из мяса птицы паровые	100	11,93	12,62	8,09	0,40	194,00	306
Компот из с/фруктов	150	0,33	0,01	20,85	0,30	84,83	376	Компот из с/фруктов	180	0,40	0,02	25,02	0,36	101,80	376
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511	Хлеб ржаной	38,4	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед	530	15,24	16,43	59,19	29,45	421,16		Итого за обед	650	20,25	20,82	74,91	34,77	551,16	
Полдник								Полдник							
Фрукт (яблоко)	90	0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368	Фрукт (яблоко)	90	0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Ряженка	160	4,35	3,75	6,30	1,05	75,00	401	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	1,26	90,00	401
Плюшка	50	3,64	6,29	16,96	-	179,00	466	Плюшка	50	3,64	6,29	16,96	-	179,00	466
Итого за полдник	300	8,39	10,34	33,03	11,05	298,00		Итого за полдник	330	9,26	11,19	33,96	11,26	313,00	
Ужин								Ужин							
Каша пшеничная молочная	150	4,48	4,08	29,94	-	173,00	168	Каша пшеничная молочная	200	5,43	4,23	38,27	-	213,00	168
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	0,02	31,58	392	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	0,03	37,89	392
Батон	20	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512	Батон	33,2	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин	330	6,90	4,40	52,31	0,02	275,08		Итого за ужин	410	7,86	4,55	62,22	0,03	321,39	
Итого за день	1585	50,77	46,80	209,22	44,72	1474,94		Итого за день	1900	65,49	61,36	247,08	50,53	1825,42	