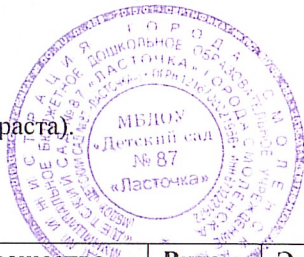
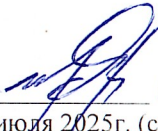


Утверждаю
Заведующий  И.В.Жернакова
Меню на «17» июля 2025г. (группа раннего возраста).
Утверждено приказом № 8 - ОД от 09.01.2025г.



Утверждаю
Заведующий  И.В.Жернакова
Меню на «17» 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	№ рецеп	Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энерг.це н. ккал	№ рецеп
		Белк г	Жиры г	Углев. г						Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак								Завтрак							
Каша пшенная молочная	150	4,27	4,86	29,32	-	165,00	168	Каша пшенная молочная	200	8,14	9,68	38,00	1,46	220,00	180
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	30/10	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		9,05	10,52	56,47	0,98	344,83		Итого за завтрак		13,44	19,64	66,98	2,63	447,00	
2-завтрак Сок	100	0,30	-	16,30	2,00	68,33	399	2-завтрак Сок	100	0,5	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед								Обед							
Рассольник ленинград. на к/бул.со сметаной	180	1,66	3,69	11,95	5,43	87,00	76	Рассольник ленинград. на к/бул. со сметаной	200	1,68	4,09	13,27	6,03	96,60	76
Жаркое по-домашнему (мясо птицы)	160	20,80	5,33	18,50	7,26	205,00	276	Жаркое по-домашнему (мясо птицы)	180	27,53	7,46	21,95	8,97	265,00	276
Компот из с/фр.	150	0,12	0,12	17,92	1,23	73,27	372	Компот из с/фр.	180	0,14	0,14	21,89	1,55	88,00	372
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед		24,5	11,41	58,65	26,90	435,03		Итого за обед		32,69	14,71	74,97	32,77	562,70	
Полдник								Полдник							
Кефир	160	4,35	3,75	6,00	1,05	75,00	401	Кефир	193,3	5,22	4,50	7,20	1,26	90,00	401
Кондит.изд.(печенье)	14	0,4	0,05	4,00	-	163,00	514	Кондит.изд.(печенье)	28	0,40	0,05	40,00		163,00	514
Итого за полдник		4,8	3,80	46,00	1,05	238,00		Итого за полдник		5,60	4,45	47,20	1,26	251,00	
Ужин								Ужин							
Салат из свеклы	40	0,57	2,43	3,34	3,80	37,56	33	Салат из свеклы	40	1,42	6,08	8,36	9,50	93,00	33
Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	0,15	157,00	215	Омлет натуральный	100	7,52	13,46	1,51	0,15	157,00	215
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
Хлеб пшеничн.(батон)	30	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512	Хлеб пшеничн.(батон)	40	3,16	0,40	19,32	-	94,00	512
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511	Хлеб ржаной	20	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за ужин		11,8	16,45	33,90	3,97	331,44		Итого за ужин		14,80	20,44	52,01	9,68	452,19	
Итого за день		50,0	42,18	211,32	34,90	1417,63		Итого за день		66,85	59,34	257,5	48,3	1783,22	