

4.2. Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «02» июля 2025г.(сад) Утверждено приказом № «9»-ОД от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ рецеп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша рисовая молочная	200	6,21	5,28	32,79	-	203,00	168
Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	1,43	107,00	397
Бутерброд с маслом	40/5	2,45	7,55	14,62	-	136,00	1
Сыр	15	3,48	4,43	-	0,11	54,00	7
Итого за завтрак	446	15,81	20,45	63,23	1,54	500,00	
2-завтрак Сок	101,3	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Салат из свеклы	40	0,71	3,04	4,18	4,75	46,95	33
Суп карт. с мясн. фрикад.(свинина)	200	5,30	4,14	12,35	8,96	108,00	83;12 1;122
Картофельное пюре	120	3,10	4,85	20,45	18,43	138,60	321
Котлета рыбная	100	10,59	6,47	4,17	5,46	117,00	257
Компот из с/фр.	180	0,40	0,02	25,02	0,36	101,80	376
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед	700	22,74	19,00	79,53	37,96	581,75	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	130	0,40	0,30	10,30	5,00	46,00	368
Молоко кипячёное	200	5,48	4,88	9,07	2,46	102,00	383
Конд.изд.(печенье)	14	1,50	1,95	14,90	-	83,40	513
Итого за полдник	300	7,38	7,13	34,27	7,46	231,40	
Ужин							
Пудинг из творога с яблоками	150	20,42	16,00	21,95	2,00	313,50	240
Соус молоч. сладк.	40	0,97	2,26	6,63	0,16	50,75	351
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	0,03	37,89	392
Хлеб пшенич(батон)	30	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин	410	23,82	18,58	52,53	2,19	472,64	
Итого за день	1955	70,25	65,16	229,66	51,15	1828,01	

4.2. Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «02» июля 2025г. (группа раннего возраста)
Утверждено приказом № «8- ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ рецеп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша рисовая молочная	150	4,67	4,86	25,83	-	166,00	168
Какао с молоком	150	3,05	2,65	13,18	1,19	89,16	397
Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1
Сыр	10	2,32	2,95	-	0,07	36,00	7
Итого за завтрак	345	12,45	14,12	54,20	1,26	395,16	
2-завтрак Сок	101,3	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Салат из свеклы	40	0,57	2,43	3,34	3,80	37,56	33
Суп карт. с мясн. фрикад.(свинина)	180	4,78	3,73	11,12	8,07	97,29	83;12 1;22
Картофельное пюре	120	2,65	4,15	17,70	15,72	118,80	321
Котлета рыбная	80	7,98	4,72	3,12	4,04	87,00	257
Компот из с/фр.	150	0,33	0,01	20,85	0,30	84,83	376
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511
Итого за обед	580	17,63	15,28	62,81	31,93	460,28	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	130	0,40	0,30	10,30	5,00	46,00	368
Молоко кипячёное	180	4,56	4,07	7,56	2,05	85,00	400
Конд.изд.(печенье)	14	1,50	1,95	14,90	-	83,40	513
Итого за полдник	270	6,46	6,32	32,76	7,05	214,40	
Ужин							
Пудинг из творога с яблоками	120	13,61	10,67	14,63	1,33	209,00	240
Соус молоч. слад.	30	0,78	1,81	5,30	0,13	40,60	351
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	0,02	31,58	392
Хлеб пшенич(батон)	20	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин	320	16,81	12,80	42,30	1,48	351,68	
Итого за день	1615	53,85	48,52	202,17	43,72	1463,74	