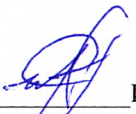
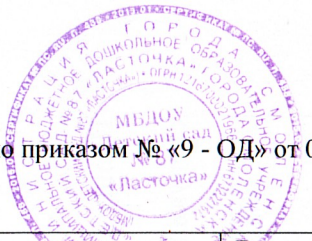
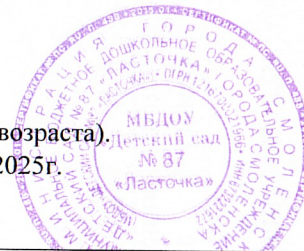


Утверждаю
Заведующий  И.В.Жернакова
Меню на «23» июля 2025г. (сад) Утверждено приказом № «9 - ОД» от 09.01.2025г.



Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ рецеп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша манная молочная	200	4,52	4,07	35,46	-	197,00	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		14,12	19,24	65,90	1,54	494,00	
2-завтрак Сок	100	0,30	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед							
Суп карт. с макар. изд. на м/ бульоне	200	2,18	2,84	14,29	8,25	73,20	82
Голубцы ленивые с мясом(свинина)	160	14,12	9,04	20,26	5,20	219,00	298
Соус сметанный	40	0,70	2,50	2,93	0,02	37,05	354
Компот из свеж/фр.	180	0,14	0,14	21,89	1,55	88,00	372
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед		19,78	15,00	72,73	15,02	486,65	
Полдник							
Кефир	175,4	5,22	4,50	7,20	1,26	90,00	401
Булочка домашняя с повидлом	50	3,64	6,26	29,96	-	179,00	469
		0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Итого за полдник		8,86	10,76	37,16	1,26	269,00	
Ужин							
Сырники с морковью	150	21,40	17,28	31,68	1,10	367,50	232
Соус молочный слад.	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 пшеничн.(батон)	40	3,16	0,40	19,32	-	94,00	512
Итого за ужин		25,59	19,96	67,09	1,29	550,14	
Итого за день		68,65	64,96	259,18	21,29	1868,12	

Утверждаю
Заведующий  И.В.Жернакова
Меню на «23» 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 манная молочная	150	3,40	3,96	27,83	-	161,00	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		11,18	13,22	56,20	1,26	390,16	
2-завтрак Сок	100	0,50	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед							
Суп карт. с макар.изд. на м/ бул.	180	2,18	2,84	14,29	8,25	65,88	82
Голубцы ленивые с мясом(свинина)	120	10,61	6,81	15,04	15,03	164,00	298
Соус сметанный	40	0,42	1,50	1,76	0,02	22,23	354
Компот из свеж/фр.	150	0,12	0,12	17,92	1,23	73,27	372
Хлеб ржаной	30	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511
Итого за обед		14,65	11,51	55,69	24,53	360,18	
Полдник							
Кефир	160	4,35	3,75	6,00	1,05	75,00	401
Булочка домашняя с повидлом	50	3,64	6,26	29,96	-	179,00	469
		0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Итого за полдник		7,99	10,01	35,96	1,05	254,00	
Ужин							
Сырники с морковью	100	14,09	11,55	21,12	0,73	245	233
Соус молочный слад.	30	0,59	1,36	3,98	0,10	30,45	351
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	0,02	31,58	392
Хлеб пшеничн(батон)	30	1,58	0,20	9,66	-	47,00	512
Итого за ужин	310	16,31	13,13	42,64	0,85	354,03	
Итого за день		50,63	47,87	206,79	29,69	1426,70	