

Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «24» июля 2025г. (сад) Утверждено приказом № «9- ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блю д а г	Пищевые вещества			Вита м. С мг	Энерг.ц. ккал	№ реце п
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Суп молоч. с макарон. изделиями	200	5,74	5,21	18,83	0,90	145,60	93
Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	1,17	91,00	395
Бутерброд с маслом	40/10	2,45	7,55	14,62	-	136,00	1
Итого за завтрак		11,04	15,17	47,81	2,07	372,60	
2-завтрак Сок	97,2	0,30	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед							
		0,70	2,54	4,50	16,22	43,70	20
Борщ на м/ бульоне со сметаной	200	2,84	4,08	11,62	5,03	94,60	63
Запеканка карт. с говяж. печенью	180	11,45	7,03	30,75	6,10	231,75	291
Соус молочный	40	1,03	2,62	3,55	0,16	41,90	350
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		19,06	16,77	84,80	27,87	583,15	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	160	0,80	0,60	20,60	10,00	92,00	368
Кефир	169	5,48	4,88	9,07	2,46	80,54	383
Печенье	14	3,00	3,90	29,80	-	166,80	513
Итого за полдник		9,28	9,38	59,47	12,46	326,74	
Ужин							
Салат из свеклы	50	0,71	3,04	4,18	4,75	46,95	33
Рыба запеченная в омлете	180	26,14	8,74	5,14	0,34	204,00	249
Чай с сахаром	180	0,12	0,02	10,20	2,83	41,00	393
Хлеб пшеничн.(батон)	40	3,16	0,40	19,32	-	94,00	512
Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	10,02	-	52,20	511
Итого за ужин		31,81	12,56	48,86	7,92	438,15	
Итого за день		71,49	53,88	261,24	52,3	1823,03	

Утверждаю
Заведующий И.В. Жернакова
Меню на «24» июля 2025г. (группа раннего развития).
Утверждено приказом № «8 - ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блю д а г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энер.ц ен. ккал	№ рец еп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Суп молочный с макарон. изделиями	150	4,31	3,91	14,12	0,68	109,20	93
Коф.напиток с молоком	150	2,37	2,00	11,96	0,98	75,83	395
Бутерброд с маслом	30/10	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1
Итого за завтрак		9,09	9,57	41,27	1,66	289,03	
2-завтрак Сок	97,2	0,30	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед							
		0,56	2,03	3,60	12,98	34,96	20
Борщ на м/ бульоне со сметаной	180	2,55	3,67	10,47	4,53	85,22	63
Запеканка карт. с говяж. печенью	160	7,64	3,91	20,36	4,08	147,00	291
Соус молочный	40	0,58	1,36	3,98	0,10	30,45	350
Компот из с/фр	150	0,33	0,01	20,85	0,30	84,83	376
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	-	52,20	511
Итого за обед		13,64	11,34	69,28	21,99	434,66	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	160	0,40	0,30	10,30	5,00	46,00	368
Кефир	160	4,56	4,07	7,56	2,05	85,00	383
Печенье	14	3,00	3,90	29,80	-	166,80	513
Итого за полдник		7,96	8,27	47,66	7,05	297,80	
Ужин							
Салат из свеклы	40	0,57	2,43	3,34	3,80	37,56	33
Рыба запеченная в омлете	160	19,22	6,30	3,50	0,26	150,00	249
Чай с сахаром	150	0,09	-	7,10	1,42	29,00	393
Хлеб пшеничн.(батон)	30	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	10,02	-	52,20	511
Итого за ужин		24,23	9,39	38,45	5,48	339,26	
Итого за день		55,22	38,57	212,96	38,18	1429,1	