

Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «25» июля 2024г.(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							
Пудинг из творога с рисом	150	22,09	14,91	28,40	0,27	336,00	236
Соус молочный сладкий	40	0,23	0,03	8,51	1,03	34,65	351
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		27,62	24,90	65,89	2,47	597,65	
2-завтрак Сок	101,4	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Суп картофельный с овсяными хлопьями на курином бульоне	200	2,18	2,84	14,29	8,25	73,20	80
Капуста тушеная	120	3,10	4,86	14,15	25,76	112,76	336
Биточки из мяса птицы паровые	80	11,93	12,62	8,09	0,40	194,00	306
Компот из с/фруктов	180	0,40	0,02	25,02	0,36	101,80	376
Хлеб ржаной	42,3	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед		20,25	20,82	74,91	34,77	551,16	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	140	0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Ряженка	188,1	5,22	4,50	7,20	1,26	90,00	401
Плюшка	50	3,64	6,29	16,96	-	179,00	466
Итого за полдник		9,26	11,09	33,96	11,26	313,00	
Ужин							
Каша пшеничная молочная	200	5,43	4,23	38,27	-	213,00	168
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	0,03	37,89	392
Батон	31,9	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин		7,86	4,55	62,22	0,03	321,39	
Итого за день		65,49	61,36	247,08	50,53	1825,42	

Утверждаю
Заведующий И.В. Жернакова
Меню на «25» 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							
Пудинг из творога с рисом	120	14,73	9,94	18,93	0,19	224,00	236
Соус молочный сладкий	30	0,23	0,03	8,51	1,03	34,65	359
Кофейный напиток с молоком	150	2,37	2,00	11,96	0,98	75,83	395
Бутерброд с маслом	30/5	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1
Итого за завтрак		19,74	15,63	54,59	2,20	438,48	
2-завтрак Сок	101,4	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
Суп картофельный с овсяными хлопьями на курином бульоне	180	2,18	2,84	14,29	8,25	65,88	80
Капуста тушеная	120	2,47	3,88	11,31	20,60	90,15	336
Биточки из мяса птицы паровые	80	8,94	9,46	6,06	0,30	145,50	306
Компот из с/фруктов	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		15,24	16,43	59,19	29,45	421,16	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	140	0,40	0,30	9,80	10,00	44,00	368
Ряженка	160	4,35	3,75	6,30	1,05	75,00	401
Плюшка	50	3,64	6,29	16,96	-	179,00	466
Итого за полдник		8,39	10,34	33,03	11,05	298,00	
Ужин							
Каша пшеничная молочная	150	4,48	4,08	29,94	-	173,00	168
Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,88	0,02	31,58	392
Батон	20	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин		6,90	4,40	52,31	0,02	275,08	
Итого за день		50,77	46,80	209,22	44,72	1474,94	