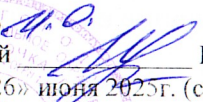
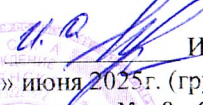


Утверждаю  И.В. Жернакова
Заведующий
Меню на «26» июня 2025г. (сад) Утверждено приказом № «9 - ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энергет. н. ккал	№ рецеп
		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	91,0	395
Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	-	136,00	1
Итого за завтрак	430	11,04	15,17	47,81	2,07	372,60	
2-завтрак Сок	93,3	0,30	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед							
Борщ на м/ бульоне со сметаной	200	0,70	2,54	4,50	16,22	43,70	20
Запеканка карт. с говяж. печенью	180	2,84	4,08	11,62	5,03	94,60	63
Соус молочный	180	11,45	7,03	30,75	6,10	231,75	291
Компот из с/фр.	50	1,03	2,62	3,55	0,16	41,90	350
Хлеб ржаной	180	0,40	0,02	25,02	0,36	101,80	376
Итого за обед	640	19,06	16,77	84,80	27,87	583,15	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	140	0,80	0,60	20,60	10,00	92,00	368
Молоко кипячёное	180	5,48	4,88	9,07	2,46	80,54	383
Бутерброд с повидлом	30/26	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)	20	3,16	0,40	19,32	-	94,00	512
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	-	52,20	511
Итого за ужин	470	31,81	12,56	48,86	7,92	438,15	
Итого за день	2085	64,24	51,48	264,61	36,2	1823,03	

Утверждаю  И.В. Жернакова
Заведующий
Меню на «26» июня 2025г. (группа раннего развития).
Утверждено приказом № «8 - ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энергет. н. ккал	№ рецеп
		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	20/10	2,41	3,66	15,19	-	104,00	1
Итого за завтрак	335	9,09	9,57	41,27	1,66	289,03	
2-завтрак Сок	93,3	0,30	-	16,30	2,00	68,33	399
Обед							
Борщ на м/ бульоне со сметаной	180	0,56	2,03	3,60	12,98	34,96	20
Запеканка карт. с говяж. печенью	160	2,55	3,67	10,47	4,53	85,22	63
Соус молочный	160	7,64	3,91	20,36	4,08	147,00	291
Компот из с/фр	30	0,58	1,36	3,98	0,10	30,45	350
Хлеб ржаной	150	0,33	0,01	20,85	0,30	84,83	376
Итого за обед	545	13,64	11,34	69,28	21,99	434,66	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	140	0,40	0,30	10,30	5,00	46,00	368
Молоко кипячёное	180	4,56	4,07	7,56	2,05	85,00	383
Бутерброд с повидлом	20/10	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)	20	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	10,02	-	52,20	511
Итого за ужин	370	24,23	9,39	38,45	5,48	339,26	
Итого за день	1645	55,22	38,57	212,96	38,18	1429,1	