

Утверждаю 
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «27» июня 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	430	27,62	24,90	65,89	2,47	597,65	
2-завтрак Сок	100	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	150	3,10	4,86	14,15	25,76	112,76	336
Биточки из мяса птицы паровые	100	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	37,9	2,64	0,48	13,36	-	69,40	511
Итого за обед	630	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	128,2	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	330	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	26,5	2,37	0,30	14,49	-	70,50	512
Итого за ужин	410	7,86	4,55	62,22	0,03	321,39	
Итого за день	1900	65,49	61,36	247,08	50,53	1825,42	

Утверждаю 
Заведующий И.В. Жернакова
Меню на «27» июня 2025г. (группа раннего возраста).
Утверждено приказом № «8 - ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блюда г	Пищевые вещества			Вит. С мг	Энерг.це н. 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	325	19,74	15,63	54,59	2,20	438,48	
2-завтрак Сок	100	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	530	15,24	16,43	59,19	29,45	421,16	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	140	0,40	0,03	9,80	10,00	44,00	368
Кефир	153,8	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	300	8,39	10,34	33,03	11,05	298,00	
Ужин	300	8,39	10,34	33,03	11,05	298,00	
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	330	6,90	4,40	52,31	6,02	275,08	
Итого за день	1585	50,77	46,80	209,22	44,72	1474,94	