

4.2. Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «17» июня 2025г.(сад). Утверждено приказом № «9-ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блю да г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ ре ц еп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша овсяная молочная	200	5,39	6,38	32,02	-	220,00	168
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	10,69	16,34	61,00	1,17	447,00	
2-завтрак Сок	100	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
	50	0,70	2,54	4,50	16,22	43,70	20
Щи по-уральски с крупой на м/бул. со сметаной	200	1,62	3,94	5,88	8,54	65,40	72
Оладьи из говяж.печени с мол..с.	150/40	10,48	14,16	19,34	7,39	247,00	284
Каша рисовая с маслом	100/5	3,01	2,65	31,44	-	161,60	351
Компот из с/фр.	180	0,40	0,02	25,02	0,36	101,80	165
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	-	52,20	376
Итого за обед	795	18,19	23,67	96,20	35,51	671,70	511
Полдник							
Фрукт (яблоко)	120	0,40	0,30	10,30	5,00	46,00	368
Кефир	177,9	5,22	4,50	7,20	1,26	90,00	401
Булочка домашняя с изюмом	50	3,64	6,26	29,96	-	179,00	469
Итого за полдник	330	9,26	11,06	47,46	6,26	315,00	
Ужин							
Рагу овощное	120	3,45	11,92	17,55	14,36	191,35	344
Яйцо варёное	1шт	5,08	4,60	0,28	-	63,00	213
Чай с сахаром и лимон.	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	30	1,98	0,36	10,02	-	52,20	511
Итого за ужин	470	13,79	17,30	57,37	17,20	441,55	
Итого за день	2125	52,43	68,37	272,13	62,13	1917,47	

4.2. Утверждаю
Заведующий И.В.Жернакова
Меню на «17» июня 2025г (группа раннего возраста).
Утверждено приказом № «8-ОД» от 09.01.2025г.

Наименование блюда г	Вес блю да г	Пищевые вещества			Витам. С мг	Энерг.ц. ккал	№ ре ц еп
		Белки г	Жиры г	Углев. г			
Завтрак							
Каша овсяная молочная	150	4,56	5,91	26,67	-	178,00	168
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	335	9,34	11,57	53,82	0,98	357,83	
2-завтрак Сок	100	0,50	-	10,10	2,00	42,22	399
Обед							
	40	0,56	2,03	3,60	12,98	34,96	20
Щи по-уральски с круп. на м/бул. со сметаной	180	1,46	3,55	5,30	8,54	58,92	72
Оладьи из говяжьей печени	120	7,30	8,23	12,28	5,51	152,00	284
Молочный соус	30	0,62	1,57	2,12	0,10	25,14	350
Каша рисовая с маслом	100/5	2,47	2,17	25,78	-	132,00	165
Компот из с/фр.	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	645	14,06	17,80	76,61	27,43	522,65	
Полдник							
Фрукт (яблоко)	120	0,40	0,30	10,30	5,00	46,00	368
Кефир	160	4,35	3,75	6,00	1,05	75,00	401
Булочка домашняя с изюмом	50	3,64	6,26	29,96	-	179,00	469
Итого за полдник	300	8,39	10,31	46,26	6,05	300,00	
Ужин							
Рагу овощное	120	2,30	7,94	11,69	9,97	127,50	344
Яйцо варёное	1 шт	5,08	4,60	0,28	-	63,00	213
Чай с сахаром и лимон.	150	0,09	-	7,10	1,42	29,00	393
Хлеб пшеничн.(батон)	30	1,58	0,20	9,66	-	47,00	512
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	-	34,80	511
Итого за ужин	350	10,37	12,98	35,41	11,39	301,30	
Итого за день	1655	42,66	52,66	222,20	47,85	1524,00	