

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста

14 августа 2025 г. 9 день недели

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда *сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад			
Завтрак	Каша манная молочная	150,00	200,00	2,55	3,06	3,04	3,66	20,92	27,51	128,84	167,97	182
	Кофейный напиток с молоком	150,00	180,00	1,56	2,80	2,00	1,20	9,60	12,70	70,00	84,00	414
	Бутерброд с повидлом	40,00	40,00	1,53	1,53	2,41	2,41	11,34	17,56	113,40	113,40	2
	Итого за завтрак	340,00	420,00	5,64	7,39	7,45	7,27	41,86	57,77	312,24	365,37	
Второй	Сок фруктовый	150,00	180,00	0,30	0,36	0,00	0,00	24,45	29,34	85,92	123,00	418
	Итого за второй завтрак	150,00	180,00	0,30	0,36	0,00	0,00	24,45	29,34	85,92	123,00	
	Салат из отварной свеклы с яблоком	40,00	60,00	0,33	0,49	1,80	2,70	3,20	3,80	22,00	33,00	43
	Обед	150,00	180,00	1,72	2,07	4,86	5,60	10,18	19,10	98,20	110,00	82
	Рассольник	60,00	80,00	6,37	8,50	5,95	6,47	4,79	7,72	94,50	103,00	248
	Биточек рыбный	120,00	150,00	4,53	5,67	3,60	3,82	21,99	32,40	105,60	160,90	221
	Гороховая каша	150,00	180,00	0,08	0,10	0,00	0,00	9,90	12,00	52,32	62,79	431
	Компот из свежих яблок	15,00	15,00	1,00	1,00	0,13	0,13	5,80	5,80	40,00	40,00	
Итого за обед	Хлеб ржаной	20,00	30,00	1,44	1,80	0,36	0,45	10,40	15,60	59,40	66,82	148
	Итого за обед	555,00	695,00	15,47	19,63	16,70	19,17	66,26	96,42	472,02	576,51	
	Пудинг из творога с рисом	130,00	160,00	8,50	10,47	11,90	13,24	17,40	22,86	154,44	199,35	250
	Уплотнительный полдник	20,00	20,00	0,15	0,15	0,90	0,90	2,65	2,65	20,20	20,20	351
	Чай с сахаром	150,00		0,15		0,07		8,30		28,40		411
	Напиток с витаминами "Витопшк"		200,00		0,00		0,00		19,40		75,00	
	Хлеб пшеничный	30,00	40,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	147
	Итого за уплотнительный полдник	330,00	420,00	10,81	13,26	13,14	14,50	39,95	60,31	282,64	400,69	
Итого за день		1375,00	1715,00	32,22	40,64	37,29	40,94	172,57	243,84	1152,82	1465,57	