

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста

9 день недели

28 августа 2025 г.

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	
Обед	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
	Рассольник	150,00	180,00	1,72	2,07	4,86	5,60	10,18	19,10	98,20	110,00	82
	Биточек рыбный	60,00	80,00	6,37	8,50	5,95	6,47	4,79	7,72	94,50	103,00	248
	Гороховая каша	120,00	150,00	4,53	5,67	3,60	3,82	21,99	32,40	105,60	160,90	221
	Компот из свежих яблок	150,00	180,00	0,08	0,10	0,00	0,00	9,90	12,00	52,32	62,79	431
	Хлеб пшеничный	15,00	15,00	1,00	1,00	0,13	0,13	5,80	5,80	40,00	40,00	
	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	
Уплотнительный полдник	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
	Соус молочный	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 "Витопка"		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	