



Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста

5 день недели

30 мая 2025 г.

Применение 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 вязкая пшеничная молочная	150,00	200,00	4,08	5,43	3,17	4,23	25,05	33,38	135,84	193,00	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 маслом сливочным	28,00	36,00	1,37	1,80	4,22	5,60	8,18	12,00	76,16	117,90	1
Итого за завтрак		328,00	416,00	7,01	10,03	9,39	11,03	42,83	58,08	282,00	394,90	
Второй завтрак:	Яблоко свежее	95,00	100,00	0,38	0,40	0,38	0,40	11,68	12,30	30,60	32,17	386
Итого за второй завтрак		95,00	100,00	0,38	0,40	0,38	0,40	11,68	12,30	30,60	32,17	
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	40,00	60,00	0,33	0,50	1,56	2,50	3,28	4,92	30,84	71,26	34
	Суп картофельный с бобовыми	150,00	180,00	4,00	4,71	5,05	6,10	16,80	21,20	122,50	136,15	102
	Суфле куриное	60,00	80,00	7,43	10,40	3,90	4,60	6,60	10,18	112,32	141,50	327
	Рагу овощное	120,00	150,00	1,26	1,58	4,00	4,97	10,51	12,14	99,00	139,70	331
	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 ржаной	40,00	50,00	1,44	1,80	0,36	0,45	12,48	15,60	59,40	74,25	148
Итого за обед		560,00	700,00	14,54	19,09	14,87	18,62	59,57	76,04	476,38	625,65	
Уплотненный полдник	Рыба запеченная в омлете	60,00	80,00	5,25	7,00	2,00	2,66	13,80	18,43	84,00	107,00	263
	Каша рассыпчатая с овощами	120,00	150,00	2,08	2,61	6,60	7,65	13,87	17,34	123,17	139,76	180
	Чай с сахаром	150,00		0,15		0,07		8,30		28,40		411
Напиток с витаминами "Витошка"			200,00		0,00		0,00		19,40		75,00	
Хлеб пшеничный		30,00	50,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	132,68	147
Итого за уплотненный полдник		360,00	480,00	9,49	12,25	8,94	10,67	47,57	70,57	315,17	454,44	
Итого за день		1343,00	1696,00	31,42	41,77	33,58	40,72	161,65	217,08	1104,15	1507,16	