

Ежедневное меню основного питания для детей дошкольного возраста
4 июня 2025 г. 3 день недели

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда ясли	Вес блюда сад	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая я ценность ясли	Энергетическая ценность сад	№ рецептуры
				Белки ясли	Белки сад	Жиры ясли	Жиры сад	Углеводы ясли	Углеводы сад			
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150,00	200,00	2,25	3,00	3,75	5,00	20,55	27,40	109,68	174,20	182
	Какао с молоком	150,00	180,00	2,76	3,32	2,35	2,83	11,20	14,03	89,16	101,52	43
	Бутерброд с маслом сливочным	28,00	30,00	1,37	1,47	4,22	4,53	8,18	8,77	76,16	81,60	1
Итого за завтрак		328,00	410,00	6,38	7,79	10,32	12,36	39,93	50,20	275,00	357,32	
Второй завтрак:	Йогурт 2,5%	120,00	150,00	2,74	5,15	3,20	4,01	7,00	8,70	67,62	90,00	2
	Итого за второй завтрак	120,00	150,00	2,74	5,15	3,20	4,01	7,00	8,70	67,62	91,00	
	Обед	40,00	60,00	0,33	0,49	1,80	2,70	3,20	3,80	22,00	33,00	43
	Салат из свежих огурцов	150,00	180,00	1,13	1,36	1,70	2,92	8,57	10,28	49,65	104,50	80
	Суп картофельный с крупой	150,00	180,00	15,00	18,00	9,23	11,76	16,33	19,60	262,61	301,70	276
	Жаркое по- домашнему	150,00	180,00	0,10	0,12	0,00	0,00	11,06	13,28	77,60	90,54	431
	Компот из сушеных фруктов	40,00	50,00	1,44	1,80	0,36	0,45	12,48	15,60	59,40	74,25	148
	Хлеб ржаной	530,00	650,00	18,00	21,77	13,09	17,83	51,64	62,56	471,26	603,99	
	Итого за обед	130,00	160,00	9,37	11,54	15,30	18,83	13,42	14,32	179,75	269,06	315
Уплотнённый й полдник	Голубцы ленивые	20,00	20,00	0,20	0,20	0,84	0,84	1,20	1,20	32,00	32,00	348
	Соус томатный	150,00		0,15		0,07		8,30		28,40		411
	Чай с сахаром	30,00	40,00	2,01	2,64	0,27	0,36	11,60	15,40	79,60	106,14	147
	Хлеб пшеничный		200,00		0,00		0,00		19,40		75,00	
	Напиток с витаминами "Витощка"											
	Итого за уплотнённый полдник	330,00	420,00	11,73	14,38	16,48	20,03	34,52	50,32	319,75	482,20	
Итого за день		1303,00	1710,00	38,85	49,09	43,09	54,23	133,09	171,78	1133,63	1534,51	