МЕНЮ

на 16 мая 2025г

Утверждаю:
Заведующий
Черенева К.Б

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		витамин (мг)	
				Б		Ж		У				С	
		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	Завтрак												
110	Омлет натуральный	130	110	2,77	1,32	5,10	2,43	35,24	16,78	198,18	94,37	0,00	0,00
264	Кофейный напиток с молоком	180	150	2,67	2,65	2,34	2,33	14,31	11,31	89,00	77,00	0,03	0,02
	Бутерброд с повидлом с маслом	50	40	5,04	5,04	6,59	6,59	14,56	14,56	138,00	138,00	0,07	0,07
	Овощная нарезка (помидоры)	60	30	0,66	0,36	0,12	0,36	2,30	1,00	13,80	4,20	15,00	1,50
	Итого:	440	350	11,14	9,01	14,15	11,35	66,41	42,65	438,98	309,37	15,10	0,09
	2 завтрак												
	Компот из свежих плодов	180	150	0,90	0,40	0,00	0,00	18,18	9,80	76,00	44,00	3,60	10,00
	итого:												
	Обед												
62	Суп картофельный с крупой	200	150	2,00	1,80	2,24	2,02	13,60	12,24	82,60	74,34	6,60	5,94
163	Котлеты, биточки рыбные	80	60	7,80	5,85	4,35	3,27	28,30	14,99	114,00	85,50	0,42	0,34
216	Пюре картофельное	150	110	3,06	2,24	4,80	3,52	20,45	14,99	138,00	101,20	18,17	13,32
268	Сок фруктовый	180	150	0,90	0,75	0,00	0,00	22,86	19,05	95,00	79,00	7,20	6,00
	Хлеб 1 сорт	50	35	4,15	2,93	0,55	0,46	25,88	18,11	112,72	76,57	0,00	0,00
	Итого:	660	510	17,91	14,64	11,94	13,24	111,09	61,57	542,32	428,10	32,39	32,74
	Полдник:												
261	Чай с сахаром	180	150	0,12	0,07	0,02	0,01	10,20	7,10	41,00	29,00	2,83	1,42
296	Шанежка с картошкой	60	50	5,01	5,01	6,51	5,43	31,57	28,81	197,01	184,18	7,60	7,12
	Итого:	240	200	5,13	5,08	6,53	5,44	41,77	35,91	238,01	213,18	10,43	8,54
	ИТОГО за день	1340	1182	34,2	31,28	32,62	3,17	219,27	133,7	1219,31	936,27	57,92	33,6
	Стоимость за день	**135,6**	**120,3**										