МЕНЮ

на 19 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													
90	Каша манная жидкая	180	150	5,58	4,65	7,25	6,04	27,98	23,32	199,82	166,51	1,24	1,03
266	Какао с молоком	180	150	3,67	3,15	3,19	2,72	15,82	12,96	107,00	89,00	0,34	1,20
3	Бутерброд с сыром	50	50	4,73	4,73	6,88	6,88	14,56	14,56	139,00	139,00	0,07	0,07
	Итого:	410	370	13,98	9,92	17,32	14,19	58,36	41,71	445,82	333,90	1,65	1,89
2 завтрак													
	Яблоко (фрукт)	100	100	1,50	1,50	0,50	0,50	21,00	21,00	95,00	95,00	10,00	10,00
	Итого:												
Обед													
	Овошная нарезка (огурец)	60	40	0,72	0,48	0,72	0,48	2,00	1,33	8,40	5,60	3,00	2,00
36	Суп картофельный с бобовыми изд.	180	150	1,68	1,68	2,80	2,80	9,80	9,80	71,13	71,12	6,06	6,06
87	Рагу из овощей	150	120	2,23	1,78	4,04	3,23	10,16	8,13	86,67	69,34	14,33	11,46
251	Компот из свежих плодов	180	150	0,14	0,12	0,11	0,09	21,67	18,06	88,20	73,50	0,77	0,64
181	Котлеты из говядины	75	55	9,84	7,03	8,02	5,73	7,16	5,11	139,13	99,38	0,81	0,58
	Хлеб 1 сорт	50	40	4,20	3,36	0,60	0,48	22,70	18,16	115,50	92,40	0,00	0,00
	Итого:	725	555	8,25	15,89	7,55	10,60	64,33	62,77	361,50	535,22	21,16	22,83
Полдник:													
261	Чай с сахаром	180	150	5,48	4,58	4,88	4,08	9,07	7,58	85,00	85,00	2,05	2,05
150	Запеканка из творога с морковью с повидлом	100	50	11,66	2,92	10,29	2,57	23,78	5,95	234,00	58,50	0,71	0,18
	итого:	260	200	17,14	7,84	15,17	9,70	32,85	38,57	319,00	272,33	2,76	2,08
	ИТОГО за день	1395	1205	39,37	33,97	40,04	34,81	155,54	150,89	1126,32	1176,93	25,57	34,80
	Стоимость за день	157,1	119,8										