Меню

на 23 мая 2025

Утверждаю:
Заведующий
Черенева К.Б

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	
				Б		Ж		У			
		сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
	Завтрак										
90	Каша манная молочная,жидкая	200	150	5,58	4,28	6,12	4,62	19,73	14,83	156,08	117,35
254	Кисель из свежих плодов	200	150	2,79	2,10	3,16	2,40	19,71	14,81	118,69	89,24
3	Бутерброд с сыром	30	30	1,70	1,70	0,18	0,18	9,92	9,92	45,20	45,20
	Итого:	470	370	15,17	13,18	14,06	11,80	49,66	39,86	382,97	314,79
	2 завтрак										
	Яблоко	100	100	1,35	1,35	0,30	0,30	12,15	12,15	72,00	72,00
	итого:	100	100	1,35	1,35	0,30	0,30	12,15	12,15	72,00	72,00
	Обед										
	Овощная нарезка (томат свежий)	60	40	0,40	0,20	0,04	0,02	1,70	0,85	7,00	3,50
67\75	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	150	4,02	3,02	9,04	6,84	25,90	19,47	119,68	89,98
84	Капуста тушеная	130	110	9,27	6,18	5,32	3,55	36,87	24,58	231,78	154,52
186	Котлета "Геркулес"	70	60	11,04	10,68	11,72	10,72	5,74	5,27	176,75	161,64
	Сок фруктовый	200	150	2,00	1,50	0,20	0,15	5,80	4,35	36,00	27,00
	Хлеб 1 сорт	40	40	3,33	3,33	0,37	0,37	20,58	20,58	87,82	87,82
	Итого:	700	550	30,17	24,96	27,42	22,02	97,64	75,62	670,25	530,06
	Полдник:										
266	Какао с молоком	180	150	0,68	0,51	0,00	0,00	21,01	15,75	86,24	65,24
279	Коржик молочный	70	50	18,69	9,30	12,67	6,33	11,40	5,38	234,00	116,00
	Итого:	250	200	19,37	9,81	12,67	6,33	32,41	21,13	320,24	181,24
	ВСЕГО за первый день	**1520**	**1220**	**66,06**	**49,30**	**54,45**	**40,45**	**191,86**	**148,76**	**1445,46**	**1098,09**
	Стоимость за день	**177,7**	**140,7**								