

Утверждаю
Руководитель СП "Д/с Янтарик"
_____ Ковалева А.В.

Возрастная группа: Ясли

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.09.2025						
ЗАВТРАК	Творожна запеканка со сгущенным молоком	150	18,35	14,8	12,1	150.94
	Бутерброд с маслом	25	1,2	7,4	7,5	105.28
	Какао с молоком	180	1,97	2,61	11,42	64.32
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	21,52	24,81	31,02	320,54
2-ой ЗАВТРАК	Фруктовый сок	100	0,5	0,1	10,1	70
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	0,5	0,1	10,1	70
ОБЕД	Салат из овощей	30	0,24	1,8	0,78	20,4
	Суп с крупой на куринном бульоне со сметаной	160	1,77	3,25	6,27	105.19
	Капуста тушёная с мясом говядины	130	6,56	7,89	29,18	222.94
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,075	13,07	63
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	58,5
	Хлеб ржаной	35	2,38	0,455	13,93	69,3
ИТОГО ЗА ОБЕД		530	12,59	13,67	75,53	539,33
ПОЛДНИК	Ватрушка с повидлом	30	2,25	2,94	21,32	112.38
	Кисель плодово ягодный	170	0,17	0,17	18,7	76,5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	2,42	3,11	40,02	188,88
УЖИН	Гречка рассыпчатая с маслом	120	2,46	5,1	22,94	147,7
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	58,5
	Напиток из кураги	180	0,27	0,09	8,55	36
ИТОГО ЗА УЖИН		425	4,32	5,79	53,59	286,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			41,35	47,48	210,26	1404,95

Утверждаю
Руководитель СП "Д/с Янтарик"

Возрастная группа: САД

_____ Ковалева А.В.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.09.2025						
ЗАВТРАК	Творожна запеканка со сгущенным молоком	160	17.82	16,58	19,5	150.37
	Бутерброд с маслом	40	1,7	11	10	126.31
	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	22,82	30,48	43,3	370,68
2-ой ЗАВТРАК	Фруктовый сок	100	2.7	3	13.05	90
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	2.7	3	13.05	90
ОБЕД	Салат из овощей	60	1,3	3,15	5	53,5
	Суп с крупой на куринном бульоне со сметаной	180	1,8	3,65	7,59	86,42
	Капуста тушёная с мясом говядины	130	2,5	7,24	20.38	100.38
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	14.38	84
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	Хлеб ржаной	45	3,06	0,585	17,91	89,1
ИТОГО ЗА ОБЕД		640	11,16	14,925	77,56	471,9
ПОЛДНИК	Ватрушка с повидлом	50	2,25	3,59	25,68	207,5
	Кисель плодово ягодный	200	0,2	3.09	22	145,35
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	2,45	6,68	47,68	352,85
УЖИН	Гречка рассыпчатая с маслом	130	5.7	5.78	44,24	290,6
	Фрукт	120	5,8	5,3	9,1	107
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	Молоко кипячёное	200	1,9	0,2	14,26	58,5
ИТОГО ЗА УЖИН		475	15,3	5,7	79,9	514,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			54,43	60,785	261,49	1800,03