

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	
14.04.2025						
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	10	15	4,8	161,28
	Чай с лимоном	160	0,09	0,01	6,28	74,26
	Бутерброд с сыром	40	2,62	3,82	8,08	77,29
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	12,71	18,83	19,16	312,83
2-ой ЗАВТРАК	Фруктовый сок	100	0,5	0,1	10,1	48
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	0,5	0,1	10,1	48
ОБЕД	Помидор солёный, порционно	30	0,93	3,55	8,55	69,87
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	150	3,67	4,62	11,89	105,32
	Картофельное пюре	110	6,21	4,1	37,01	103,25
	Котлета говяжья/соус	50	10,41	11,2	5,303	121,36
	Компот из смесй сухофруктов	180	0,33	0,01	11,88	56,24
	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		580	25,12	24,135	100,863	583,84
ПОЛДНИК	Сушарик	30	2,25	2,94	22,32	72,37
	Кисломолочный напиток	170	6,22	4,5	6,75	92,38
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	8,47	7,44	29,07	164,75
УЖИН	Каша геркулесовая молочная	150	5,99	6,2	14,95	119,56
	Кофейный напиток с молоком	180	2,9	2,4	12,46	73,15
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	55,32
ИТОГО ЗА УЖИН		455	10,48	9,2	49,51	292,03
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			57,28	59,705	208,703	1401,45

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

Возрастная группа: Сад

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.04.2025						
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	10	15	4,8	203,54
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	6,28	57,35
	Бутерброд с сыром	40	5,04	9,1	7	130,2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	15,13	24,11	18,08	391,09
2-ой	Фруктовый сок	100	0,5	0,1	10,1	43
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	0,5	0,1	10,1	43
ОБЕД	Помидор соленый, порционно	60	0,93	3,55	8,55	69,87
	Свекольник на курином бульоне со сметаной	180	5,95	7,29	6,43	115,2
	Картофельное пюре	130	1,98	2,93	4,25	136,38
	Котлета говяжья/соус	70	10	9,25	1,65	179
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,075	15,075	63
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	58,5
	Хлеб ржаной	45	2,38	0,455	13,93	69,3
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	22,88	23,75	62,185	691,25
ПОЛДНИК	Сушарик	50	2,25	2,94	22,32	124,5
	Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,05	7,94	30,32	225,5
УЖИН	Каша геркулесовая молочная	180	5,29	4,85	24,23	141,85
	Кофейный напиток с молоком	180	1,26	1,08	10,26	69,35
	Фрукт	100	10	15	4,8	194
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,02	12,3	61,256
ИТОГО ЗА УЖИН		485	18,45	20,95	51,59	466,456
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			65,01	76,85	172,275	1817,296