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	
23.07.2025						
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная	150	3,99	5,25	20,51	169,8
	Бутерброд с повидлом	25	1,62	2,82	8,08	77,2
	Чай с лимоном	180	2,9	1,4	12,46	83,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**355**	**8,51**	**9,47**	**41,05**	**330,04**
2-ой ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	100	2,1	2,35	10,15	70
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		**100**	**2,1**	**2,35**	**10,15**	**70**
ОБЕД	Салат из свежих овощей	40	0,07	3,53	8.34	52.37
	Суп кудрявый на куринном бульоне	160	1.31	3.31	9.21	88.34
	Рыбная котлета с соусом	70	3.19	4.38	8.34	82.71
	Макароны отварные с маслом	110	6.83	5.02	14.34	132.27
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,33	0,01	11,88	28.25
	Хлеб пшеничный	25	1,52	0,16	9,84	60,35
	Хлеб ржаной	35	1,52	0,19	9,84	46,88
ИТОГО ЗА ОБЕД		**620**	**14,77**	**16,6**	**71,79**	**491,17**
ПОЛДНИК	Печенье	50	1,95	2,9	22.19	157.46
	Кисломолочный напиток	150	4,39	4,43	8,64	53,19
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**200**	**6,34**	**7,33**	**30,83**	**210,65**
УЖИН	Картофель отварной	180	8,35	10.92	26,37	238,34
	Напиток из кураги	200	0,8	0,33	13,28	51,38
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	60,35
ИТОГО ЗА УЖИН		**400**	**10,67**	**11,41**	**49,49**	**350,07**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**42,39**	**47,16**	**203,31**	**1451,93**

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	
23.07.2025						
ЗАВТРАК	Пшенная каша молочная жидкая	180	5.11	5.21	27,01	200.34
	Бутерброд с повидлом	25	2,62	3,82	12,35	77.2
	Чай с лимоном	200	3,15	2,98	13,09	83,04
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**405**	**10,88**	**12,01**	**52,45**	**360,58**
2-ой ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	110	2,7	3	13,05	90
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		**110**	**2,7**	**3**	**13,05**	**90**
ОБЕД	Салат из свежих овощей	60	0,07	3,53	8.34	52.37
	Суп кудрявый на куринном бульоне	180	2.31	4.11	10.21	98.34
	Рыбная котлета с соусом	80	4.19	6.08	15.35	102.37
	Макароны отварные с маслом	130	8.98	6.94	19.51	220.01
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,33	0,01	15,34	52,37
	Хлеб пшеничный	25	1,52	0,24	10,25	52,36
	Хлеб ржаной	45	1,52	0,37	12,35	52,36
ИТОГО ЗА ОБЕД		**700**	**18,92**	**21,28**	**91,35**	**630,18**
ПОЛДНИК	Печенье	50	2.54	5.4	27.95	145.02
	Кисломолочный напиток	200	5,8	3,64	11,38	125,37
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**250**	**8,34**	**9,04**	**39,33**	**270,39**
УЖИН	Картофель отварной	200	11.01	14.67	43.64	274.54
	Напиток из кураги	200	0,96	0,4	9,25	123,67
	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,28	12,37	52,36
ИТОГО ЗА УЖИН		**430**	**13,49**	**15,35**	**65,26**	**450,57**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			**54,33**	**60,68**	**261,44**	**1801,72**