



Возрастная группа: Ясли

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	«ЯН Пищевые вещества»			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.04.2025						
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	130	10	15	4.8	194
	Бутерброд с маслом	40	1,2	7,4	7,5	101
	Какао с молоком	180	2.97	2,61	12,42	84,6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	14,17	25,01	24,72	379,6
2-ой ЗАВТРАК	Фруктовый сок	100	0,5	0,1	10,1	43
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	0,5	0,1	10,1	43
ОБЕД	Соленый огурец порционно	30	0,24	1,8	0,78	20,4
	Суп с крупой на курином бульоне со сметаной	160	1,77	2,25	6,27	52,48
	Жаркое по-домашнему с говяжьим сердцем	130	8,56	7,89	29,18	222,67
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,075	15,075	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	14,59	12,67	557,26	486,35
ПОЛДНИК	Печенье	30	2,25	2,94	22,32	124,5
	Кисель плодово ягодный	170	0,17	0,17	18,7	76,5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	2,42	3,11	41,02	201
УЖИН	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,45	4,85	26,53	171,65
	Чай с лимоном	150	1,26	1,08	10,26	56,7
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	58,5
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА УЖИН		425	8,3	6,53	58,89	330,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			39,98	47,42	691,99	1440,8



Возрастная группа: Сад

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.04.2025						
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	180	10	15	4,8	203,54
	Бутерброд с маслом	40	1,53	4,72	9,18	97,32
	Какао с молоком	180	2,9	2,4	12,46	88,35
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	14,43	22,12	26,44	389,21
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	Соленый огурец порционно	60	0,93	3,55	8,55	69,87
	Суп с крупой на курином бульоне со сметаной	180	8,3	7,033	25,3	196,2
	Жаркое по-домашнему с говяжьим сердцем	130	8,56	7,89	29,18	222,67
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,02	12,3	61,256
	Хлеб ржаной	45	2,38	0,455	13,93	69,3
ИТОГО ЗА ОБЕД		620	22,61	19,038	107,35	694,896
ПОЛДНИК	Печенье	50	2,25	2,94	22,32	124,5
	Кисель плодово ягодный	200	0,25	0,26	35,68	125,37
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	2,5	3,2	58	249,87
УЖИН	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,55	8,09	36,363	264,32
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	6,28	57,35
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	58,59
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА УЖИН		485	8,23	8,7	64,743	424,26
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			48,27	53,158	266,633	1801,236