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	
24.07.2025						
ЗАВТРАК	Творожна запеканка со сгущеным молоком	150	18,35	14.8	7.31	150.94
	Бутерброд с маслом	25	1.2	7.4	7.5	105.28
	Какао с молоком	180	1.97	2.61	9.27	64.32
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**355**	**21,52**	**24,81**	**24,08**	**320,54**
2-ой ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	100	0.5	0.1	10.1	70
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		**100**	**0,5**	**0,1**	**10,1**	**70**
ОБЕД	Свежий огурец порционно	30	0.24	1.8	0.78	20.4
	Суп с крупой на куринном бульоне со сметаной	160	2.37	3.25	6.27	105.19
	Капуста тушёная с мясом говядины	130	6.81	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**	**13,44**	**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			**42,2**	**47,48**	**203,32**	**1404,95**

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	
24.07.2025						
ЗАВТРАК	Творожна запеканка со сгущеным 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	Напиток из шиповника	100	2.7	3	13.05	90
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		**100**	**2.7**	**3**	**13.05**	**90**
ОБЕД	Свежий огурец порционно	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**