

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	
29.07.2025						
ЗАВТРАК	Творожная запеканка со сгущ. молоком	150	5,21	2,45	24,26	119,34
	Бутерброд с маслом	25	1,2	7,01	6,94	123,68
	Какао с молоком	180	1,99	0,12	9,34	37,3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	8,4	9,58	40,54	280,32
2-ой ЗАВТРАК	Фруктовый сок	100	2,1	2,35	10,15	70
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	2,1	2,35	10,15	70
ОБЕД	Свежий помидор порционно	40	1,02	3,6	3,67	72,31
	Суп с вермишелью на курином бульоне со сметаной	160	6,06	6,96	13,09	113,64
	Плов на говядине с рисовой крупой	110	3,92	5,38	13,64	122,65
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,45	0,075	15,01	49,35
	Хлеб пшеничный	25	1,13	0,2	12,3	58,5
	Хлеб ржаной	35	2,3	0,455	13,93	69,3
ИТОГО ЗА ОБЕД		355	14,88	16,67	71,64	485,75
ПОЛДНИК	Печенье	30	2,35	3,64	15,06	124,5
	Напиток из шиповника	180	4,05	3,68	15,46	86,34
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	6,4	7,32	30,52	210,84
УЖИН	Пирожки печёные из сдобного теста	120	8,35	11,03	13,06	216,34
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,82	44
	Хлеб пшеничный	25	1,56	0,34	18,8	58,5
	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36
ИТОГО ЗА УЖИН		425	10,58	11,86	50,23	354,84
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			42,36	47,78	203,08	1401,75

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	
29.07.2025						
ЗАВТРАК	Творожная запеканка со сгущ. молоком	180	6,4	5,18	31,06	204,37
	Бутерброд с маслом	40	1,53	4,72	9,18	68,92
	Какао с молоком	180	2,9	2,4	12,46	88,36
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	10,83	12,3	52,7	361,65
2-ой	Фруктовый сок	120	2,7	3,04	13,05	90
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		120	2,7	3,04	13,05	90
ОБЕД	Свежий помидор порционно	60	1,26	6,39	10,08	69,87
	Суп с вермишелью на курице со сметаной	180	8,64	8,24	21,21	184,88
	Плов на говядине с рисовой крупой	130	4,61	5,67	17,63	202,34
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,62	0,075	14,26	58,73
	Хлеб пшеничный	25	1,13	0,2	9,84	46,88
	Хлеб ржаной	45	2,67	0,455	18,35	68,9
ИТОГО ЗА ОБЕД		620	18,93	21,03	91,37	631,6
ПОЛДНИК	Пряник	50	3,64	4,86	29,13	184,35
	Напиток из шиповника	200	4,64	4,25	9,91	85,85
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,28	9,11	39,04	270,2
УЖИН	Пирожки печёные из слобного теста	130	10,69	14,08	36,27	299,37
	Фрукт	120	0,5	0,5	10,2	48
	Хлеб пшеничный	25	2,31	0,4	12,3	73,24
	Чай с лимоном	200	0,12	0,29	6,28	35,61
ИТОГО ЗА УЖИН		475	13,62	15,27	65,05	456,22
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			54,36	60,75	261,21	1809,67