



Возрастная группа: Ясли

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая	160	2,48	3,21	15,39	105,37
	Бутерброд с маслом	40	1,95	3,64	12,98	99,19
	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	76,38
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!
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 огурец порционно	40	0,4	2,44	2,08	25,19
	Щи на курином бульоне со сметаной	160	4,92	2,25	16,28	112,38
	Жаркое по домашнему на говяжьем сердце	160	5,12	11,27	19,64	196,34
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,03	0,00	7,29	28,95
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	Хлеб ржаной	35	2,38	0,45	13,93	69,3
ИТОГО ЗА ОБЕД		600	14,75	16,61	71,52	490,66
ПОЛДНИК	Сахарная булочка	30	2,31	2,98	22,13	124,61
	Напиток из шиповника	170	4,08	4,17	8,34	86,31
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6,39	7,15	30,47	210,92
УЖИН	Омлет с кукурузой	180	8,24	10,39	19,64	229,61
	Чай с лимоном	200	1,26	1,21	8,59	56,7
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	12,3	64,25
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА УЖИН		305	45507,85	58716,6	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!

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	
31.07.2025						
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая	180	5,83	23,58		167,19
	Бутерброд с маслом	40	9	6,4	12,98	99,19
	Какао с молоком	180	2,82		13,8	94
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	122029	19474	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!
2-ой	Фруктовый сок	100	2,7		13,05	90
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	2,7	3	13,05	90
ОБЕД	Свежий огурец порционно	60	0,93	1,98	5,03	28,64
	Щи на курином бульоне со сметаной	180	6,15	5,21	20,43	187,14
	Жаркое по домашнему на говяжьем сердце	180	6,81	13,12	27,81	237,18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	8,19	30,19
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	Хлеб ржаной	45	3,06	0,58	17,91	89,1
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!
ПОЛДНИК	Сахарная булочка	50	4,25	4,58	28,9	169,34
	Напиток из шиповника	200	4,49	4,59	10,28	101,23
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	63737	42917	47055,9	#ЗНАЧ!
УЖИН	Омлет с кукурузой	180	10,9	14,64	33,64	285
	Чай с лимоном	180	0,3	0,1	9,5	61,28
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,5
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44
ИТОГО ЗА УЖИН		485	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!