

Возрастная группа: Ясли

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
ЗАВТРАК	Творожная запеканка со сгущ. молоком	150	19,27	13,1	173,34	
	Бутерброд с маслом	25	1,2	7,5	101	
	Какао с молоком	180	1,95	2,41	84,6	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	22,42	33,02	358,94	
2-ой ЗАВТРАК	Фруктовый сок	100	0,5	0,1	43	
ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК		100	0,5	0,1	43	
ОБЕД	Свежий помидор порционно	40	0,3	1,29	22,8	
	Суп с фрикадельками и сметаной	160	1,83	7,8	162,56	
	Гороховое пюре	110	3,07	22,88	117,35	
	Гуляш из говяжьего сердца	50	5,41	10,2	103,65	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,1	15,075	63	
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	58,5	
	Хлеб ржаной	35	1,97	0,455	69,3	
ИТОГО ЗА ОБЕД		570	13,87	18,27	597,16	
ПОЛДНИК	Пряник	30	0,7	2,94	124,5	
	Кисель плодово-ягодный	170	0,67	0,27	78	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	1,37	3,21	202,5	
УЖИН	Пирожки печёные из сдобного теста	120	2,46	5,1	147,7	
	Фрукт	100	0,4	0,4	44	
	Хлеб пшеничный	25	1,19	0,2	58,5	
	Чай с лимоном	180	0,09	0,09	36	
ИТОГО ЗА УЖИН		425	4,14	5,59	286,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			42,3	47,78	1487,8	

Возрастная группа: Сад

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
ЗАВТРАК	Творожная запеканка со сгущ. молоком	180	20,97	14,9	21,68	218,3
	Бутерброд с маслом	40	2,95	8,67	9,18	109,5
	Какао с молоком	180	1,95	2,41	12,42	84,6
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	25,87	25,98	43,28	412,4
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	Свежий помидор порционно	60	0,48	3,55	8,55	72,36
	Суп с фрикадельками и сметаной	180	2,94	6,64	13,24	184,88
	Гороховое пюре	130	6,24	6,32	22,88	164,38
	Гуляш из говяжьего сердца	70	6,48	13,03	8,17	134,21
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,15	0,01	18,91	82,34
	Хлеб пшеничный	25	1,22	0,26	12,95	61,38
	Хлеб ржаной	45	2,18	0,45	14,28	74,38
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	19,69	30,26	98,98	773,93
ПОЛДНИК	Пряник	50	2,68	3,03	23,59	138,34
	Кисель плодово-ягодный	200	0,72	0,57	19,54	85,85
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	3,4	3,6	43,13	224,19
УЖИН	Пирожки печёные из сдобного теста	130	3,53	6,05	31,22	203,64
	Фрукт	120	0,4	0,4	9,8	44
	Хлеб пшеничный	25	1,22	0,24	13,27	61,38
	Чай с лимоном	200	0,35	0,12	11,28	42,36
ИТОГО ЗА УЖИН		475	5,5	0,76	65,57	351,38
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			54,96	60,7	261,06	1804,9