УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (О.Г.Машкина)

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН, МАСЛО ПОРЦИЯМИ	25,5	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧ.ЛУКОМ. СОЛ.ОГУРЦОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН	20/20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	135	8,19	7,9	17,6	201,19
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за день		1725,00	47,01	47,92	185,22	1317,79

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (О.Г.Машкина)

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН, МАСЛО ПОРЦИЯМИ	25,5	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (двухэта)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	ХЛЕБ РЖАНОЙ, БАТОН	30/20	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	9,46	9,12	20,31	232,14
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	53	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82