


Утверждаю:		Дата: 01.04.2025				Меню 18				Согласовано:					
 Прием пищи, наименование блюда		Ясли				Сад				24 часа					
		Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Пищевые вещества			
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	150														
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10														
БАТОН	40														
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	0														
Итого за прием пищи:	380	9,5	5,8	53,8	303,4	420	12,1	9,2	51,2	337,0	400	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак															
СОК В АССОРТИМЕНТЕ(Яблочный)	180														
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(Яблоко)	200														
Итого за прием пищи:	380	1,7	1,0	36,7	166,3	400	1,8	1,0	38,6	174,6	400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед															
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30														
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА БУЛЬОНЕ	150														
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130														
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150														
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40														
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20														
Итого за прием пищи:	520	17,6	20,7	94,8	596,6	610	37,9	38,5	85,8	848,2	620	38,0	39,1	86,6	857,2
Уплотненный полдник(ясли и сад)/полдник и ужин(24 часа)															
ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ (говядина)	50/30														
РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110														
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7														
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25														
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	0														
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	0														
Итого за прием пищи:	412	10,7	12,3	48,5	342,5	467	14,8	18,4	45,6	427,6	717	18,9	21,4	103,6	702,5
2 Ужин															
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(кефир)	0														
Итого за прием пищи:	0														
Всего за день:		39,5	39,8	233,8	1 408,8		66,6	67,1	221,2	1 787,4		75,9	75,1	287,0	2 163,8