

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (КрасныхСН)

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	27	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	196	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	76	17,92	34,44	14,56	425,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,77	0,5	20,38	98,63
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	68	4,63	9,57	30,11	243
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	194	3,02	4,45	14,26	121,58
	БАТОН	38	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0	0	8,8	35,29

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Красных СН)

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ТЕФТЕЛИ 2-Й ВАРИАНТ (СВИНИНА)	60	13,44	25,83	10,92	319,23
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,72	4,02	12,88	109,8
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41