22 августа 2025 года

Утверждаю _____ Заведующий Теленик О.А.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	Выход блюда	Пищевые вещества			Ккал
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
Неделя 1			ЯСЛИ				САД				
День 5											
Завтрак	Омлет натуральный	0,095	8,40	15,05	1,69	175,47	0,095	8,40	15,05	1,69	175,47
	Огурец свежий	0,030	0,30	1,76	2,14	26,55	0,040	0,40	2,35	2,85	35,40
	Чай с лимоном	0,150	0,09	0,02	7,76	31,22	0,180	0,11	0,02	9,32	37,46
	Масло сливочное	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80	0,003	0,00	2,18	0,04	19,80
	Хлеб пшеничный	0,020	2,10	0,90	8,70	54,80	0,030	3,30	1,50	13,20	82,20
Итого за завтрак		0,298	10,897	19,899	20,326	307,834	0,348	12,215	21,090	27,091	350,328
Второй завтрак	Яблоки	0,105	0,65	0,65	15,82	71,04	0,110	0,68	0,68	16,58	74,42
Итого 2й завтрак		0,105	0,646	0,646	15,823	71,042	0,110	0,677	0,677	16,576	74,425
Обед	Икра морковная	0,030	0,66	1,38	3,27	28,11	0,040	0,88	1,84	4,35	37,48
	Суп картофельный с клецками	0,160	1,34	2,15	7,77	55,84	0,180	1,51	2,42	8,74	62,82
	Фрикадельки мясные в соусе(35	0,070	5,71	5,74	5,23	95,67	0,100	8,15	8,20	7,47	136,67
	Каша вязкая,артек	0,100	5,74	4,06	25,76	162,50	0,110	6,31	4,47	28,34	178,75
	Компот из свежих плодов	0,150	0,12	0,12	17,91	73,20	0,170	0,14	0,14	20,30	82,96
	Хлеб пшеничный	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40	0,010	1,10	0,50	4,40	27,40
	Хлеб ржаной	0,032	1,92	0,32	14,24	69,44	0,040	2,40	0,40	17,80	86,80
Итого за обед		0,552	16,58	14,27	78,58	512,16	0,650	20,486	17,966	91,401	612,880
Уплотненный полдник	Кекс "Детский"	0,050	2,91	9,13	25,01	194,00	0,050	2,91	9,13	25,01	194,00
	Вареники ленивые	0,110	11,75	16,10	19,45	274,49	0,155	16,55	22,68	27,41	386,78
	Соус молочный (сладкий)	0,040	0,78	1,80	5,30	40,60	0,080	1,56	3,60	10,60	81,20
	Кисломолочный продукт, раженка	0,150	5,22	4,50	7,38	91,00	0,150	5,22	4,50	7,38	91,00
Итого за Уплотненный		0,300	20,66	31,53	57,14	600,09	0,435	26,241	39,912	70,396	752,982
Итого за день		1,255	48,781	66,346	171,865	1491,125	1,543	59,619	79,644	205,465	1790,614