

Утверждаю

Рассветов

Вторник Неделя 3	Дата 15.04.2025			
	Ясли		сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
Сыр твердых сортов порционно	8	28,7	10	35,8
Омлет натуральный	150	207,1	180	249,7
Чай с сахаром	180	26,2	180	26,2
Хлеб пшеничный	20	46,9	30	70,3
Итого за Завтрак		308,9		382
Второй завтрак				
Сок фруктовый	200	86,6	200	86,6
Итого за Второй завтрак		86,6		86,6
Обед				
Салат «Степной»	40	46,8	60	74,7
Суп овощной со сметаной	155	63,3	200	86,1
Курник с мясным фаршем и картофелем	160	339	180	386
Компот из шиповника и сухофруктов	150	50,6	180	59,7
Хлеб ржаной	20	39,1	40	78,2
Итого за Обед		497,6		618,5
Полдник				
кондитерское изделие пряник	30	109,8	50	183
КМ продукция Снежок	180	137,7	200	153
Итого за Полдник		247,5		336
Ужин				
Макароны отварные	120	143	150	179,5
Тефтели рыбные с томатно- сметанным соусом	85	98,8	100	112,9
Чай с лимоном и сахаром	180	30,7	200	34,6
Хлеб пшеничный	30	70,3	50	117,2
Итого ужин		342,8		444,2
Итого за день		1524,6		1933,5