

Понедельник Неделя 4	Дата 24.03.25			
	Ясли		сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
Каша молочная «геркулес »	150	152,3	200	201,9
Хлеб пшеничный с маслом сливочным (20/5гр) (20/8гр)	25	79,9	28	99,8
Какао с молоком	180	81,4	180	81,4
Итого за Завтрак		313,6		383,1
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	90,7	100	90,7
Итого за Второй завтрак		90,7		90,7
Обед				
Икра кабачковая	40	47,4	60	71,1
Суп с гречневой крупой «Любительский» со сметаной	155	77	208	104,5
Капуста тушеная	120	85,1	150	110,6
Котлеты мясные	60	137,1	70	164
Напиток витаминизированный	150	38,8	180	45,9
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Хлеб ржаной	30	58,7	40	78,2
Итого за Обед		470,9		602,7
Полдник				
Чай с молоком	150	58,6	180	69,6
Пирожок с повидлом	50	171,4	70	234,4
Итого за Полдник		230		304
Ужин				
Жаркое по домашнему из мяса кур	200	312,7	220	356,8
Компот из сухофруктов	180	61,8	200	69,9
Хлеб ржаной	20	39,1	30	58,7
Итого ужин		413,6		485,4
Итого за день		1538,9		188,2

Вторник Неделя 4	Дата 25.03.25			
	Ясли		Сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
Омлет с сыром	150	240,4	180	289
Чай с сахаром	180	26,2	180	26,2
Хлеб пшеничный	20	46,9	40	93,8
Итого за Завтрак		313,5		409
Второй завтрак				
Сок фруктовый	200	86,6	200	86,6
Итого за Второй завтрак		86,6		86,6
Обед				
Салат «Здоровье»	40	36,9	60	60,8
Рассольник домашний со сметаной на курином бульоне	155	67,4	208	90,5
макароны отварные	100	118,7	120	143
Котлеты из мяса кур	70	221,6	80	244,9
Соус красный	10	5,2	20	9,5
Компот из шиповника и сухофруктов	150	50,6	180	59,7
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Хлеб ржаной	30	58,7	40	78,2
Итого за Обед		574,7		681,2
Полдник				
Кондитерское изделие печенье	30	124,7	50	207,9
КМ продукция Йогурт	180	104,6	200	116,2
Итого за Полдник		229,3		324,1
УЖИН				
Вареники ленивые с творогом и маслом	85	181,4	110	250,4
Чай с лимоном и сахаром	180	30,7	200	34,6
батон	35	91,6	40	104,7
Фрукты	100	44,4	100	44,4
Итого за ужин		348,1		434,1
Итого за день		1583,5		1987,3

Неделя 4	Дата 26.03.25			
среда	Ясли		сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
суфле творожное со сгущенным молоком	150	263,7	200	352,4
Чай	180	0,8	180	0,8
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Итого за Завтрак		311,4		400,1
Второй завтрак				
Сок фруктовый	200	86,6	200	86,6
Итого за Второй завтрак		86,6		86,6
Обед				
Салат «Винегрет»	40	40,8	60	65,1
Суп с мясными фрикадельками	165	94,5	215	115,7
Картофель тушеный	120	122	150	149,4
Суфле из рыбы	70	106,9	80	128,4
Компот из свежих яблок	150	30,3	180	36,3
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Хлеб ржаной	20	39,1	40	78,2
Итого за Обед		465,4		605,5
Полдник				
Кисель фруктовый	180	62,9	200	69,9
Булочка с присыпкой	50	147,7	70	217,7
Итого за Полдник		210,6		280,6
Ужин				
Сыр твердых сортов порционно	8	28,7	15	53,7
Вермишель молочная	180	178,9	200	199,4
Кофейный напиток с молоком	180	73,2	200	82,2
Итого за ужин		374,6		429,1
Всего за день		1463,7		1816,4

четверг Неделя 4	Дата 27.03.25			
	Ясли		сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
Каша молочная манная	150	125	200	168,9
Яйцо вареное	50	70,7	50	70,7
Чай с молоком	180	69,6	180	69,6
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Итого за Завтрак		312,2		356,1
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	90,7	100	90,7
Итого за Второй завтрак		90,7		90,7
Обед				
Салат из свеклы с изюмом	40	49	60	76,4
Суп с зеленым горошком на курином бульоне	150	58,6	200	78,1
Плов из мяса кур	160	303,8	210	395,8
Компот из замороженных ягод	150	35,3	180	41,6
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Хлеб ржаной	30	58,7	40	78,2
Итого за Обед		530,8		681,9
Полдник				
Молоко кипяченое	150	72,3	200	96,4
Батон запеченный с сыром	50	140,4	65	199,7
Итого за Полдник		212,7		296,1
Ужин				
Овощное рагу	180	113,8	220	138,3
Биточки мясные	50	114,3	60	131,7
Сок фруктовый	180	77,9	200	86,6
хлеб	30	58,7	40	78,2
Итого ужин		364,7		440,2
Итого за день		1532,6		1909,3

Пятница Неделя 4	Дата 28.03.25			
	Ясли		сад	
Прием пищи/Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность	Выход блюда	Энергетическая ценность
Каша молочная Дружба	150	159.3	200	203.5
Какао с молоком	180	81,4	180	81,4
Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25	79.9	28	99.8
Итого за Завтрак		320.6		384.7
Второй завтрак				
Фрукты свежие	100	90,7	100	90,7
Итого за Второй завтрак		90,7		90,7
Обед				
Салат с консервированной кукурузой и луком	40	35,4	60	54
Суп с рыбными фрикадельками	165	72.5	215	93.6
Жаркое по домашнему из мяса говядины	180	241.4	200	269.6
Кисель витаминизированный	150	51,3	180	61,6
Хлеб ржаной	30	58.7	40	78,2
Хлеб пшеничный	20	46,9	20	46,9
Итого за Обед		494,4		597
Полдник				
Кондитерское изделие вафли	40	216.4	50	270.5
Чай с лимоном и с сахаром	180	30.7	200	34.6
Итого за Полдник		247.1		305.1
Ужин				
Плов фруктовый с морковью и изюмом	180	233,5	210	270,5
Компот из сухофруктов	180	61,8	200	69,9
Хлеб пшеничный	40	93,8	40	93,8
Итого за ужин		389,1		434,2
Итого за день		1553,7		1822,4