



Сезон: Основной

Возрастная категория: 1,5-3 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка из творога	90	13,6	11,4	10,2	225,60	0,2
	Соус сладкий	20	0,1	0	13,1	60,50	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Какао с молоком	150	2,8	2,9	18,8	91,00	1
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
<b>Обед</b>							
	Салат из квашеной капусты	40	3,2	4,6	9,4	77,80	1
	Рассольник ленинградский с птицей	165	4,9	6,5	6,1	122,20	5,10
	Плов с мясом	160	11,2	15,8	20,9	282,66	0,41
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,1	0,1	11,9	50,00	1,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>Полдник</b>							
	Булочка ванильная	60	3,9	3,0	27,3	157,00	0,3
	Снежок	180	5,2	4,5	15,0	134,00	1,3
<b>Ужин</b>							
	Шницель рыбный натуральный (лосось)	60	4,8	2,1	5,7	76,52	0,1
	Рагу овощное	110	2,8	4,5	7,5	129,80	4,5
	Чай с шиповником	150/7/3,5	0,11		8,2	34,60	2,2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, СЕЗОН</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг) С</b>
<b>ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03),</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
лет			60,0	57,7	216,4	1734,8	20,1



Утверждаю  
Заведующий МАДОУ " Детский сад № 25"  
№ 25»

Е.А.Пящикова

26 января 2024 год

Сезон: Основной

Возрастная категория: 3-7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
	Запеканка из творога	105	15,9	13,2	11,9	263,13	0,26
	Соус сладкий	25	0,12	0,00	16,37	75,63	0,12
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Какао с молоком	180	3,3	3,4	23,0	109,60	1,20
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
<b>Обед</b>							
	Салат из квашеной капусты	60	4,55	2,7	3,2	129,00	1,20
	Рассольник ленинградский с птицей	200	5,93	7,9	7,50	150,00	6,18
	Плов с мясом	200	14,0	19,8	26,1	353,33	0,50
	Компот из плодов свежих (яблоки)	180	0,13	0,12	14,2	60,23	1,50
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
<b>Полдник</b>							
	Булочка ванильная	70	5,0	3,9	39,0	219,80	0,5
	Снежок	200	5,6	5,0	22,0	154,0	1,47
<b>Ужин</b>							
	Шницель рыбный натуральный (лосось)	70	5,8	2,5	6,70	90,2	0,12
	Рагу овощное	130	3,5	6,2	8,8	161,24	5,9
	Чай с шиповником	180/10/7	0,15		9,50	40,10	2,50
	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,47	0,45	13,11	59,63	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, СЕЗОН</b>			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг) С</b>
<b>ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03),</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
<b>лет</b>			<b>74,6</b>	<b>68,3</b>	<b>268,7</b>		