

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 25"  
Е.А.Пящикова



12 января 2024 год

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>							
	Пудинг из творога с изюмом запеченный	90	15,2	14,9	11,4	258,43	1,9
	Соус сладкий	20	0,6	0,6	1,4	43,20	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,2	2,4	14	87,50	1,4
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
<b>Обед</b>							
	Салат из консервированных овощей	40	0,4	2,8	1,1	32,40	4,0
	Суп с макаронными изделиями, с птицей	165	5,4	7,2	13,9	106,60	5,2
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	110	4,3	5,5	22,5	203,06	
	Биточки рубленые из птицы (цыплята)	60	6,3	7,1	5,8	108,60	0,9
	Соус сметанный	15	0,2	0,9	1,2	16,1	0,2
	Компот из сушеных фруктов (курага)	150	0,8	0,1	14,4	62,70	9,0
	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>							
	Пирожок печеный с зеленым луком и яйцом	60	4,0	2,9	30,4	158,60	0,04
	Варенец с лактулозой	180	5,2	4,4	8,0	112,00	1,6
<b>Ужин</b>							
	Пюре картофельное	110	2,2	5,1	12,8	116,00	6,0
	Шницель рыбный натуральный	60	4,8	2,1	5,7	76,52	0,1
	Чай с шиповником	150/7/3,5	0,11	0,00	8,2	34,60	2,2
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,5	0,54	9,7	48,64	
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,0	0,36	9,9	45,60	
<b>ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ 1</b> СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), категория 1,5-3 лет			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг)</b> С
			Б	Ж	У		
			59,1	58,3	213,1	1709,4	35,2

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 25"  
Е.А.Пящикова

12 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>							
	Пудинг из творога с изюмом запеченный	105	19,4	19,0	12,99	329,70	2,45
	Соус сладкий	25	1,20	1,0	2,92	66,32	0,13
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	30	2,9	1,01	15,60	79,10	
	Кофейный напиток с молоком	180	2,6	2,9	17,0	107,5	1,70
<b>Завтрак2</b>							
10-00	Сок яблочный осветленный	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
<b>Обед</b>							
	Салат из консервированных овощей	60	0,6	5,5	1,7	48,60	6,00
	Суп с макаронными изделиями, с птицей	200	6,5	8,7	16,8	129,21	6,30
	Каша гречневая рассыпчатая (гарнир)	130	5,4	6,9	26,3	262,23	
	Биточки рубленые из птицы (цыплята)	70	7,4	8,2	6,8	126,70	0,97
	Соус сметанный	25	0,37	1,38	1,9	19,00	0,37
	Компот из сушеных фруктов (курага)	180	0,96	0,12	17,28	75,24	10,80
	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>							
	Пирожок печеный с зеленым луком и яйцом	70	4,7	3,1	35,4	185,0	0,05
	Варенец с лактулозой	200	5,6	6,4	8,5	121,20	1,73
<b>Ужин</b>							
	Пюре картофельное	130	2,6	5,6	14	130,32	7,05
	Шницель рыбный натуральный	70	5,8	2,5	6,70	90,2	0,12
	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 ДЕНЬ 1, НЕДЕЛЯ I</b> СЕЗОН ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03), возрастная категория 3 -7 лет			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витамины (мг) С</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
			74,0	74,9	258,3		
						2113,4	42,7