

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

14 февраля 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		
Завтрак							
	Омлет натуральный с сыром запеченный	105	11,1	20,5	2,1	239,40	1,0
	Дополнительный гарнир: икра кабачковая	25	0,37	1,37	1,62	19,66	2,00
	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
	Груша	100	0,3	0,0	10,3	47,50	5
Завтрак2							
10-00	Сок	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
Обед							
	Салат из квашенной капусты	60	0,84	3,1	8,4	48,75	21,0
	Суп картофельный с фасолью, с мясом	200	6,1	5,8	13,0	118,00	5,60
	Картофель с овощами	130	3,4	9,3	8,2	169,9	8,5
	Котлета из сердца	70	9,80	1,40	2,10	60,90	
	Кисель из ягод (черная смородина)	170	0,34	0,00	24,80	117,30	10,2
	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	
Полдник							
	Булочка "Домашняя"	70	5,2	9,1	42,1	277,00	0,00
	Снежок	200	5,6	5,0	22,0	154,0	1,47
Ужин							
	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	25	0,25	0,03	0,62	3,50	2,50
	Шницель рыбный натуральный	70	5,8	2,5	6,70	90,2	0,12
	Пюре картофельное	130	2,6	5,6	14	130,32	7,05
	Чай с шиповником	180	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	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, СЕЗОН			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг) С
ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03),			Б	Ж	У		
лет			65,2	70,1	263,0	2006,1	71,1

Утверждаю
Заведующий МАДОУ "Детский сад № 25"

Е.А.Пящикова

14 февраля 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)
			Б	Ж	У		С
Завтрак							
	Омлет натуральный с сыром, запеченный	90	8,9	12,7	1,4	190,28	0,8
	Дополнительный гарнир: икра кабачковая	20	0,3	1,1	1,3	15,73	1,6
	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
	Груша	100	0,3	0,0	10,3	47,50	5
Завтрак2							
10-00	Сок	100	0,4	0,0	13,3	56,00	3
Обед							
	Салат из квашенной капусты	40	0,56	2,03	5,6	35,20	14,0
	Суп картофельный с фасолью, с мясом	160	5,1	4,6	10,2	92,80	4,55
	Картофель с овощами	110	3,0	7,8	6,9	143,66	7,2
	Котлета из сердца	60	8,4	1,2	1,8	52,20	
	Кисель из ягод (черная смородина)	150	0,3	0,0	23,8	103,50	9
	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	
Полдник							
	Булочка "Домашняя"	60	3,7	6,5	30,1	196,10	2,3
	Снежок	180	5,2	4,5	15,0	134,00	1,3
Ужин							
	Дополнительный гарнир: огурец консервированный	20	0,3	0,04	0,5	3,85	2,0
	Шницель рыбный натуральный	60	4,8	2,1	5,7	76,52	0,1
	Пюре картофельное	110	2,2	5,1	12,8	116,00	6,0
	Чай с шиповником	150	0,11	0,00	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	
ИТОГО ПИЩЕВАЯ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ, СЕЗОН			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)
ОСНОВНОЙ (с 01.09 по 01.03),			Б	Ж	У		С
лет			52,7	52,4	209,9	1622,6	59,9