

Утверждаю

Руководитель

Злыгастева А.О.

(подпись)

(расшифровка подписи)

МЕНЮ

на 22.07.2025

ЯСЛИ.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Пудинг из творога	110	13.55	13.13	22.75	316.20	0.011
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й в	20	0.51	1.27	10.91	56.48	0.280
Какао с молоком	150	3.09	2.97	10.65	81.42	0.975
Соус молочный сладкий	20	0.52	1.07	3.26	24.54	0.200
ЗАВТРАК 2						
Молоко	100	2.90	3.20	4.70	60.00	1.300
ОБЕД						
Гренки (сухарики)	20	1.58	0.22	9.12	47.76	0.000
Суп-пюре из картофеля	150	1.95	2.24	9.72	67.36	9.105
Каша рисовая рассыпчатая	110	2.94	3.14	24.26	137.17	0.000
Напиток из шиповника	150	0.38	0.15	14.86	67.77	112.575
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	66.00	0.920
Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0.52	2.03	3.02	32.42	11.499
Рыба, запеченная(минтай) в молочном со	70	4.55	2.04	4.06	52.96	0.476
ПОЛДНИК						
Омлет с картофелем (запеченный)	110	7.51	7.26	10.84	139.08	11.682
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Снежок	150	4.20	3.75	6.30	76.50	0.000

МЕНЮ

на 22.07.2025

ДЕТСКИЙ САД.

Наименование блюда	Масса порции, г	Пищевая ценность				Витамины С
		Белки, г	Жиры, г	Гливоды, г	Вит. С	
ЗАВТРАК						
Пудинг из творога	130	16.02	15.52	26.88	373.68	0.013
Бутерброды с джемом или повидлом (1-й в	30	0.77	1.90	16.36	84.71	0.420
Какао с молоком	180	3.71	3.56	12.78	97.70	1.170
Соус молочный сладкий	30	0.79	1.60	4.90	36.81	0.300
ЗАВТРАК 2						
Молоко	100	2.90	3.20	4.70	60.00	1.300
ОБЕД						
Гренки (сухарики)	40	3.17	0.43	18.24	95.52	0.000
Суп-пюре из картофеля	180	2.34	2.68	11.66	80.84	10.926
Каша рисовая рассыпчатая	130	3.47	3.70	28.66	162.11	0.000
Напиток из шиповника	180	0.45	0.18	17.84	81.32	135.090
Хлеб ржаной	50	3.30	0.60	16.70	82.50	1.150
Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0.86	3.38	5.03	54.04	19.165
Рыба, запеченная(минтай) в молочном со	100	6.50	2.91	5.80	75.65	0.680
ПОЛДНИК						
Омлет с картофелем (запеченный)	130	8.88	8.58	12.80	164.37	13.806
Хлеб пшеничный 2 (Валетек 8)2	20	1.58	0.20	9.66	42.72	0.000
Снежок	150	4.20	3.75	6.30	76.50	0.000