



Крапивкина Н.П.

МЕНЮ
на "18" марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак	Каша жидкая молочная ячневая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180/4,5	4,15	5,48	23,71	160,80	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Сыр Российский 50% (порциями)	15	3,55	4,55	0,00	55,00	
	Кофейный напиток с молоком 2,5%	200	3,12	2,66	14,71	93,30	
	Итого: сад	419,5	12,34	12,85	48,26	356,10	
	Итого: ясли	358,75	9,81	10,11	39,89	289,75	
	З-завтрак:	Плоды свежие (яблоко)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,00
			1/100	0,4	0,4	9,8	44,00
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,80	
	Котлета домашня с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	150	1,61	1,7	10,28	62,85	
	Капуста тушеная	80/7	10	19,6	15,2	278,00	
	Компот из смеси сухофруктов	60/5	7,5	14,7	11,4	208,50	
	Хлеб пшеничный	130	2,68	4,21	12,26	97,63	
	Хлеб ржаной	110	2,27	3,56	10,37	82,61	
	Итого: сад	657	20,84	26,85	98,03	719,34	
	Итого: ясли	520	16,06	20,56	77,33	560,54	
		Вареники ленивые из творога 5% с соусом молочным 2,5% (сладким)	120/30	21,21	16,93	21,08	324,70
		Кефир 2,5%	100/30	16,88	13,48	16,92	258,82
Итого: сад		330	26,21	20,86	28,43	409,76	
Итого: ясли		280	21,08	16,76	23,05	329,71	
Всего за день: сад		1406,5	59,79	60,96	184,52	1529,20	
Всего за день: ясли	1158,75	47,35	47,83	150,07	1224,00		
Стоимость дня				171,60 руб.			
				137,77 руб.			