



Крапивкина Н.П.

"21" марта 2025 г.

МЕНЮ
на "21" марта 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
Завтрак	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	180/4,5	2,88	4,58	19,32	129,60	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
	Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33,00	
	Чай с лимоном	200/11/9	0,13	0,022	11,3	45,50	
	Итого: сад	407	4,57	8,392	40,525	210,35	
	Итого: ясли	350	3,7	7,59	33,745	182,00	
	2-завтрак:	Плоды свежие (яблоко)	1/100	0,4	0,4	9,8	44,00
		Борщ с капустой и картофелем	200	1,45	3,93	10,2	82,00
	Обед	Пампушки с чесноком	20	1,2	0,8	8,4	43,10
		Котлета рыбная с соусом сметанным 15%	70/30	8,87	2,85	6,22	86,33
Пюре картофельное		130	2,65	4,16	17,71	118,95	
Компот из смеси сухофруктов		180	0,5	0	24,66	100,66	
Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47,00	
Хлеб ржаной		37	2,47	0,45	12,52	65,25	
Итого: сад		707	18,66	12,35	89,55	543,29	
Итого: ясли		550	14,04	9,75	70,91	426,49	
Полдник		Омлет натуральный с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5%	80/5	7,52	13,46	1,51	157,00
		Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		Чай с сахаром	200/11	0,07	0,022	11,1	44,40
		Икра свекольная	50	1,17	2,3	6,17	50,05
	Итого: сад	260	9,9	15,902	26,16	286,70	
	Итого: ясли	210	7,23	12,51	16,71	220,53	
	Всего за день: сад	1374	33,53	37,044	166,035	1084,34	
	Всего за день: ясли	1110	25,37	30,25	131,165	873,02	
Стоимость дня			94,29 руб.				
			78,63 руб.				