

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВ



ИП Аминева Олеся Юрисовна

ДЕТСКИЙ САД

МЕНЮ

на 19.03 2025 среда

Ясли (до 3-х лет)

Все

Наименование	Вес блюда	Энерг. ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак					
Сыр (порциями)	10	38	2	2,95	
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,2	9,76
Какао с молоком(2вар)	160	66	2,32	3,36	8,4
каша гречневая молочная жидкая	160	135	3,28	4,16	22,8
Пищевая ценность		287	9,22	10,67	40,96
Второй завтрак					
Сок фруктовый	100	43	0,37		10,28
Пищевая ценность		43	0,37		10,28
Обед					
Хлеб ржаной(пшеничный)	20	44	1,6	0,7	8,5
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,2	9,76
Макаронные изделия отварные(2вар)	110	134	0,28	3,3	19,87
суп картофельный с бобовыми и гречкой	150	110	4,55	8,25	17,53
Напиток яблочно-лимонный(1в)	150	71	0,18	0,14	4,65
Голубцы ленивые с соусом томатным	100	145	8,8	5,2	12,52
Пищевая ценность		552	17,02	17,79	72,83
Полдник					
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20	48	1,62	0,2	9,76
Чай с сахаром(2вар)	150	26	0,08	0,02	7,43
Шанежка наливная	50	164	8,2	8,4	19,2
Каша пшенная молоч.жидкая с сахаром	130	85	1,04	2,77	10,92
Пищевая ценность		324	10,93	11,39	47,31
Итого за день: Стоимость 146 рублей. Пищевая ценность		1205	37,55	39,84	171,38