

16.06.2025

Утверждаю

Заведующая МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 90"

/ Г. В. Заева

(Ясли весна-лето новое)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
150	Каша манная молочная на сгущенном молоке ясли н <i>Крупа манная, Молоко сгущенное, Соль, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-280, Белки-4, Жиры-5, У/в-29
30	Хлеб пшеничный ясли н <i>Хлеб пшеничный</i>	ККал-105, Белки-2, Жиры-4, У/в-15
180	Чай с сахаром ясли н <i>Чай черный, Сахар (песок)</i>	ККал-24, У/в-6
Итого за Завтрак1		ККал-409, Белки-6, Жиры-9, У/в-50, Суммарный объем блюд 360 грамм
Завтрак2		
100	Сок фруктовый ясли н	ККал-31, Белки-1, У/в-7
Итого за Завтрак2		ККал-31, Белки-1, У/в-7, Суммарный объем блюд 100 грамм
Обед		
40	Солянка овощная ясли	ККал-19, Белки-1, Жиры-1, У/в-1
150	Суп рыбный ясли н <i>Лук репчатый, Масло растительное, Рыба, Картофель свежий, Морковь свежая, Соль</i>	ККал-99, Белки-6, Жиры-5, У/в-7
150	Гречка с тушенкой ясли н <i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Тушенка, Соль</i>	ККал-324, Белки-9, Жиры-11, У/в-22
180	Компот из смеси сухофруктов ясли н <i>Сухофрукты, Сахар (песок)</i>	ККал-23, У/в-6
40	Хлеб ржаной ясли	ККал-82, Белки-3, У/в-17
Итого за Обед		ККал-547, Белки-19, Жиры-17, У/в-53, Суммарный объем блюд 560 грамм
Полдник		
180	Кисель ясли н	ККал-70, У/в-17
30	Печенье ясли	ККал-83, Белки-2, Жиры-2, У/в-15
Итого за Полдник		ККал-153, Белки-2, Жиры-2, У/в-32, Суммарный объем блюд 210 грамм
Ужин		
150	Молочная вермишель ясли <i>Макаронные изделия, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль</i>	ККал-246, Белки-4, Жиры-5, У/в-21
180	Кофейный напиток ясли н <i>Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-101, Белки-3, Жиры-2, У/в-17
30	Хлеб пшеничный ясли н	ККал-71, Белки-2, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-418, Белки-9, Жиры-7, У/в-53, Суммарный объем блюд 360 грамм
Итого за день		ККал-1 558, Белки-37, Жиры-35, У/в-195, Суммарный объем блюд 1590 грамм

16.06.2025

Утверждаю

Заведующая МАДОУ "Центр развития ребенка-детский сад № 90"

/ Г. В. Засва

(Сад весна-лето новое)

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
200	Каша манная молочная на сгущенном молоке сад	ККал-339, Белки-5, Жиры-7, У/в-39
	н <i>Крупа манная, Молоко сгущенное, Соль, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	
35	Хлеб пшеничный сад н	ККал-124, Белки-3, Жиры-5, У/в-18
	<i>Хлеб пшеничный</i>	
200	Чай с сахаром сад н	ККал-60, У/в-15
	<i>Чай черный, Сахар (песок)</i>	
Итого за Завтрак1		ККал-523, Белки-8, Жиры-12, У/в-72, Суммарный объем блюд 435 грамм
Завтрак2		
125	Сок фруктовый сад н	ККал-39, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак2		ККал-39, Белки-1, У/в-9, Суммарный объем блюд 125 грамм
Обед		
60	Солянка овощная сад	ККал-29, Белки-1, Жиры-2, У/в-2
250	Суп рыбный сад н	ККал-130, Белки-10, Жиры-5, У/в-12
	<i>Лук репчатый, Масло растительное, Рыба, Картофель свежий, Морковь свежая, Соль</i>	
200	Гречка с тушенкой сад н	ККал-345, Белки-12, Жиры-9, У/в-29
	<i>Крупа гречневая, Масло сливочное, Тушенка, Соль</i>	
200	Компот из смеси сухофруктов сад н	ККал-50, У/в-13
	<i>Сухофрукты, Сахар (песок)</i>	
50	Хлеб ржаной сад	ККал-102, Белки-3, У/в-21
Итого за Обед		ККал-656, Белки-26, Жиры-16, У/в-77, Суммарный объем блюд 760 грамм
Полдник		
200	Кисель сад н	ККал-77, У/в-19
30	Печенье сад	ККал-125, Белки-2, Жиры-3, У/в-22
Итого за Полдник		ККал-202, Белки-2, Жиры-3, У/в-41, Суммарный объем блюд 230 грамм
Ужин		
200	Молочная вермишель сад	ККал-287, Белки-5, Жиры-6, У/в-27
	<i>Макаронные изделия, Молоко, Масло сливочное, Сахар (песок), Соль</i>	
200	Кофейный напиток сад н	ККал-139, Белки-5, Жиры-4, У/в-21
	<i>Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко</i>	
40	Хлеб пшеничный сад н	ККал-95, Белки-3, У/в-20
Итого за Ужин		ККал-521, Белки-13, Жиры-10, У/в-68, Суммарный объем блюд 440 грамм
Итого за день		ККал-1 941, Белки-50, Жиры-41, У/в-267, Суммарный объем блюд 1990 грамм