

30.06.2025

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 на сгущенном молоке сад** ККал-335, Белки-7, Жиры-10, У/в-29
Крупа манная, Молоко сгущенное, Масло сливочное, Сахар, Соль

35 **Хлеб пшеничный сад н** ККал-124, Белки-3, Жиры-5, У/в-18
Хлеб пшеничный

200 **Чай с сахаром сад н** ККал-60, У/в-15
Чай черный, Сахар (песок)

Итого за Завтрак1 ККал-519, Белки-10, Жиры-15, У/в-62, 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 **Икра домашняя сад н** ККал-50, Белки-1, Жиры-2, У/в-6
Икра домашняя

250 **Суп гороховый на кур. б-не сад** ККал-172, Белки-9, Жиры-5, У/в-18
Курица, Картофель свежий, Горох, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль

70 **Кнели из курицы сад н** ККал-248, Белки-10, Жиры-10, У/в-5
Курица, Крупа рисовая, Молоко, Масло сливочное, Соль

150 **Макароны отварные сад н** ККал-186, Белки-6, Жиры-6, У/в-28
Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное

200 **Компот из смеси сухофруктов сад н** ККал-50, У/в-13
Сухофрукты, Сахар (песок)

50 **Хлеб ржаной сад** ККал-102, Белки-3, У/в-21

Итого за Обед ККал-808, Белки-29, Жиры-23, У/в-91, Суммарный объем блюд - 780 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 **Каша пшенная молочная ясли** ККал-364, Белки-7, Жиры-11, У/в-32
Крупа пшенная, Молоко, Масло сливочное, Сахар, Соль

40 **Хлеб пшеничный сад н** ККал-124, Белки-3, Жиры-5, У/в-18

200 **Кофейный напиток сад н** ККал-139, Белки-5, Жиры-4, У/в-21
Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко

Итого за Ужин ККал-627, Белки-15, Жиры-20, У/в-71, Суммарный объем блюд - 440 грамм

Итого за день ККал-2 195, Белки-57, Жиры-31, У/в-274, Суммарный объем блюд - 2010 грамм

30.06.2025

Утверждаю

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

/ Г. В. Заева

(Если весна-лето новое)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

150 **Каша манная на сгущенном
молоке ясли** ККал-260, Белки-5, Жиры-7, У/в-19

Крупа манная, Молоко сгущенное, Масло сливочное, Сахар, Соль

30 **Хлеб пшеничный ясли н** ККал-105, Белки-2, Жиры-4, У/в-15

Хлеб пшеничный

180 **Чай с сахаром ясли н** ККал-24, У/в-6

Чай черный, Сахар (песок)

Итого за Завтрак1 ККал-389, Белки-7, Жиры-11, У/в-40, 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 **Икра домашняя ясли н** ККал-31, Белки-1, У/в-6

Икра домашняя

150 **Суп гороховый на кур. б-не
ясли** ККал-117, Белки-6, Жиры-5, У/в-11

Курица, Картофель свежий, Горох, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль

50 **Кнели из курицы ясли н** ККал-206, Белки-7, Жиры-7, У/в-4

Курица, Крупа рисовая, Молоко, Масло сливочное, Соль

100 **Макароны отварные ясли н** ККал-118, Белки-4, Жиры-4, У/в-17

Макаронные изделия, Соль, Масло сливочное

180 **Компот из смеси
сухофруктов ясли н** ККал-23, У/в-6

Сухофрукты, Сахар (песок)

40 **Хлеб ржаной ясли** ККал-82, Белки-3, У/в-17

Итого за Обед ККал-577, Белки-21, Жиры-16, У/в-61, 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 -

Ужин

150 **Каша пшеничная молочная
ясли** ККал-339, Белки-6, Жиры-10, У/в-31

Крупа пшеничная, Молоко, Масло сливочное, Сахар, Соль

30 **Хлеб пшеничный ясли н** ККал-105, Белки-2, Жиры-4, У/в-15

180 **Кофейный напиток ясли н** ККал-101, Белки-3, Жиры-2, У/в-17

Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко

Итого за Ужин ККал-545, Белки-11, Жиры-16, У/в-63, Суммарный объем блюд -

Итого за день ККал-1 695, Белки-42, Жиры-45, У/в-203, Суммарный объем
блюд - 1590 грамм