



Первая неделя, пятница
Меню на 31.10.2025

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда ясли/сад	Пищевые вещества (г) ясли/сад			Энергетиче ская ценность (ккал) ясли/сад	№ рецепт уры
		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК						
Каша пшенная	150-200	6,20-8,27	5,61-7,49	27,19-36,25	184,09- 245,46	№ 225
Кофейный напиток	180-200	2,52-2,8	2,25-2,5	12,24-13,6	79,2-88	№ 465
Хлеб с маслом	25-25	3,6-3,6	6,5-6,5	5,0-5,0	93-93	№ 65
Итого за завтрак	355-425	11,52-13,6	14,19-16,2	43,34-53,4	334,5- 438,75	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Свежие фрукты	100-100	0,4-0,4	0,4-0,4	9,8-9,8	44-44	№ 82
Итого за второй завтрак	100-100	0,4-0,4	0,4-0,4	9,8-9,8	44-44	
ОБЕД						
Щи на курином бульоне	150-200	0,9-1,2	2,7-3,6	2,28-3,04	37,05-49,4	№ 104
Плов с курицей	170-210	13,87- 17,136	15,504- 19,152	29,444- 36,372	312,8-386,4	№ 330
Кисель	150-200	-	-	11,25-15	45-60	№ 484
Хлеб пшеничный	40-55	1,52-2,28	0,16-0,24	9,84-14,76	46,8-70,2	№ 573
Итого за обед	510-665	17,65- 22,316	18,624- 23,317	60,774- 79,122	480,65- 615,5	
ПОЛДНИК						
Пирожок печеный с овощным фаршем	70-70	3,87-3,87	4,32-4,32	24,4-24,4	162-162	№ 535
Молоко кипяченое	150-180	4,35-5,8	3,97-5,3	6,82-9,1	80,25-108,1	№ 469
Итого за полдник	210-270	8,22-9,67	8,295-9,62	31,225-33,5	242,25- 270,1	
Итого за весь день		37,79- 45,986	41,509- 49,537	145,139175, 822	1114,575- 1368,35	