

26.04.2024

Утверждаю

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

/ Г. В. Заева

(Сад весна-лето новое)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
200	Каша ячневая молочная вязкая сад н <i>Крупа ячневая, Молоко, Соль, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-300, Белки-6, Жиры-9, У/в-25
35//6	Бутерброд с маслом сад н <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-148, Белки-4, Жиры-7, У/в-16
200	Кофейный напиток сад н <i>Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-139, Белки-5, Жиры-4, У/в-21
Итого за Завтрак1		ККал-587, Белки-15, Жиры-20, У/в-62
Завтрак2		
125	Сок фруктовый сад н	ККал-39, Белки-1, У/в-9
Итого за Завтрак2		ККал-39, Белки-1, У/в-9
Обед		
60	Огурец соленый сад н	ККал-65, Белки-1, Жиры-5, У/в-4
250	Суп картофельный с клецками на к/б со сметаной сад н <i>Мука пшеничная, Масло растительное, Яйцо, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Курица, Сметана</i>	ККал-169, Белки-7, Жиры-7, У/в-19
200	Голубцы ленивые с томатным соусом сад н <i>Капуста свежая, Курица, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Томат-паста, Мука пшеничная, Яйцо</i>	ККал-336, Белки-13, Жиры-13, У/в-16
200	Компот из смеси сухофруктов сад н <i>Сухофрукты, Сахар (песок)</i>	ККал-50, У/в-13
50	Хлеб ржаной сад	ККал-102, Белки-3, У/в-21
Итого за Обед		ККал-722, Белки-24, Жиры-25, У/в-73
Полдник		
200	Молоко сад	ККал-116, Белки-6, Жиры-6, У/в-9
	Пряник сад	ККал-235, Белки-7, Жиры-4, У/в-50
Итого за Полдник		ККал-351, Белки-13, Жиры-10, У/в-59
Ужин		
200	Каша пшеничная молочная жидкая сад н <i>Крупа пшеничная, Молоко, Соль, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-296, Белки-6, Жиры-7, У/в-27
200	Чай с сахаром сад н <i>Чай черный, Сахар (песок)</i>	ККал-60, У/в-15
40	Хлеб пшеничный сад н	ККал-95, Белки-3, У/в-20
Итого за Ужин		ККал-451, Белки-9, Жиры-7, У/в-62
Итого за		ККал-2 150, Белки-62, Жиры-62, У/в-265

26.04.2024

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 ячневая молочная вязкая ясли н <i>Крупа ячневая, Молоко, Соль, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-245, Белки-5, Жиры-6, У/в-17
30/5	Бутерброд с маслом ясли н <i>Масло сливочное, Батон</i>	ККал-140, Белки-4, Жиры-7, У/в-15
180	Кофейный напиток ясли н <i>Кофейный напиток, Сахар (песок), Молоко</i>	ККал-101, Белки-3, Жиры-2, У/в-17
Итого за Завтрак1		ККал-486, Белки-12, Жиры-15, У/в-49
Завтрак2		
100	Сок фруктовый ясли н	ККал-31, Белки-1, У/в-7
Итого за Завтрак2		ККал-31, Белки-1, У/в-7
Обед		
40	Огурец соленый ясли н	ККал-38, Жиры-3, У/в-2
150	Суп картофельный с клецками на к/б со сметаной ясли н <i>Мука пшеничная, Масло растительное, Яйцо, Соль, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Курица, Сметана</i>	ККал-126, Белки-5, Жиры-6, У/в-13
150	Голубцы ленивые с томатным соусом ясли н <i>Капуста свежая, Курица, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Томат-паста, Мука пшеничная, Яйцо</i>	ККал-172, Белки-6, Жиры-4, У/в-2
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-441, Белки-14, Жиры-13, У/в-40
Полдник		
150	Молоко ясли	ККал-79, Белки-4, Жиры-4, У/в-7
	Пряник ясли	ККал-141, Белки-4, Жиры-3, У/в-24
Итого за Полдник		ККал-220, Белки-8, Жиры-7, У/в-31
Ужин		
150	Каша пшеничная молочная жидкая ясли н <i>Крупа пшеничная, Молоко, Соль, Сахар (песок), Масло сливочное</i>	ККал-246, Белки-5, Жиры-6, У/в-19
180	Чай с сахаром ясли н <i>Чай черный, Сахар (песок)</i>	ККал-24, У/в-6
30	Хлеб пшеничный ясли н	ККал-71, Белки-2, У/в-15
Итого за Ужин		ККал-341, Белки-7, Жиры-6, У/в-40
Итого за		ККал-1 519, Белки-42, Жиры-41, У/в-167