

Утверждаю: Заведующий МДОУ
"Детский сад №17 "Журавушка"
ст. Лысогорской"
Н.И. Бухтоярова

На 13 Марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша жидкая молочная пшённая	150/3.75	3,46	4,57	19,76	134,00
		130/3.25	3,00	3,96	17,13	116,13
	Масло сладко-сливочное "Крестьянское" (порциями), 72,5%	7	0,06	5,08	0,10	46,20
		5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Булочка "Рябинушка"	25	2,75	0,55	26,80	139,00
		22	2,65	0,45	27,80	130,00
	Кофейный напиток с молоком 2,5% жирности (1 вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,30
		180	2,81	2,39	12,75	83,90
II завтрак	Плоды свежие или сок фруктовый	1\99	0,40	0,40	9,80	44,00
	Молоко кипяченое 2,5% жирности или плоды свежие	150	4,58	4,08	7,58	85,00
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,61	1,70	10,28	62,85
		150	2,15	2,27	13,71	83,80
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	150	14,44	27,03	8,93	336,71
		150	14,44	27,03	8,93	336,71
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,08	0,00	20,03	80,46
		150	0,07	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	28	3,04	0,32	19,68	94,00
		20	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржано-пшеничный	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,90	60,60
	Кондитерские изделия (печенье, пром. произ-ва)	52	2,25	2,94	22,32	125,10
		31	1,12	1,47	11,16	62,50
	Кефир 2,5% жирности или ряженка 2,5% жирности	150	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Всего за день: сад	1412	43,23	53,70	182,71	1400,42
	Всего за день: ясли	1031	34,74	45,08	162,24	1200,38