



Ясли

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
4	Каша Кукурузная	175	0,83	0.12	7,1	108,4
	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96
	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
итого		395	4,05	0,4	27,1	204,419
2	2 завтрак:					
	Сок	150	2	2,4	2,8	88,5
итого		150				
3	Обед:					
102	Суп Уха из свежей рыбы	200	3.1	3.1	9,79	59,3
304	Лапша отварная	130	1,9	1,9	19,6	145,35
85	Гуляш из говядины	60	13.1	5,85	7,74	138,45
34	Компот	180	0,08	0	29.85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
итого		610	16,9	7,95	47,13	519,5
4	Уплотненный полдник:					
237	Ватрушка с повидлом	60	11,82	6,37	1,42	109,91
	Чай	180	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	70				
итого		310	11,84	6,37	1,42	109,929
Калорийность всего за день (ккал):						
		1465	45,17	35,7	108,17	1493,6

Не содержит ГМО и пищевых добавок

Повар

Кладовщик

2025г.
 

(режим работы группы 12 ч)

Не содержит ГМО и пищевых добавок
Повар
Кладовщик



Сад

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	Завтрак:					
4	Каша Кукурузная	175	0,83	0,12	7,1	32,8
	Хлеб пшеничный	40	1,6	0,2	10	96
	Чай с сахаром	180	0,02	-	-	0,019
итого		395	2,45	0,32	0	128,819
2	2 завтрак:					
к/к	Сок	150	2	2,4	2,8	88,5
		150				
3	Обед:					
102	Суп Уха из свежей рыбы	180	2,1	2,1	6,61	59,3
304	Лапша отварная	130	2,58	3,13	26,72	145,35
85	Гуляш из говядины	80	13,1	5,85	7,74	138,45
34	Компот	180	0,008	0	29,85	80,4
	Хлеб пшеничный	40	2,34	0,54	19,93	96
итого		610	18,328	9,52	90,85	519,5
4	Полдник:					
237	Ватрушка с повидлом	80	22,5	13,2	37,8	109,91
	Чай	200	0,02	-	-	0,019
	Фрукт	80				
итого		380	22,52	13,2	37,8	109,929
Калорийность всего за день (ккал):						
		1535	52,5	34,89	157,1	1632,4

Не содержит ГМО и пищевых добавок
Повар _____
Кладовщик _____