

Организация осуществляющая питание:

ИП Юмагулова Я.С.



МКОУ "Нижнегнутовская СШ" дошкольная группа

Меню на 26 сентября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамины и С	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамины и С	рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы			белки	жиры	углевод ы			
Возраст 1-3 лет												
Завтрак												
Суп молочный гречневый	150	4,48	4,11	12,81	106,2	0,68	5,97	5,48	17,08	141,6	0,91	94
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/5	5,83	8,24	15,06	160,5	0,24	4,73	6,88	14,56	139	0,07	3
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	0,14	0,03	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак												
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75			23	92	3,75	
Обед												
Салат из квашеной капусты с консервированным зелёным горошком	40	0,64	2,04	3,08	33,2	10,8	0,8	2,55	3,85	41,5	13,5	40
Борщ с картофелем и свежей капустой	150	2,2	5,09	14,74	108,13	27,2	2,2	5,09	14,74	108,13	27,2	57
Плов из птицы	180	19,11	6,62	30,6	258	0,86	22,3	7,73	35,7	301	1,01	304
Компот из смеси сухофруктов	150	0,16	0	11,48	44,29	0,14	0,16	0	11,48	44,29	0,14	376
Хлеб ржаной	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	2,5	0,4	12,9	65,2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	2,34	0,27	15	73,5	0	
Полдник												
Йогурт	100	2,1	5,0	14,9	115		2,1	5,0	14,9	115		
Вафли	50	1,4	1,7	38,7	177		1,4	1,7	38,7	177		
итого за 10 день	1241	41,47	33,575	186,31	1211,06	43,72	44,64	35,13	209,91	1328,54	46,65	