

Директор Гладкова Т.А.

ИП Юмагулова Я.С.

Меню на 28 октября 2025г.

наименование блюда	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал.	витамин С	вес блюда в грамм.	пищевые вещества, гр.			энергетическая ценность Ккал	витамин С	№ рецепт уры
		белки	жиры	углевод ы				белки	жиры	углевод ы			
Возраст 1-3 лет													
Возраст 3-7 лет													
Завтрак													
Каша ясидкая геркулес	150	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0	200	7,11	8,68	24,74	204,9	2,0	185
Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	30/10	2,42	7,52	15,13	139,6	0	1
Чай с сахаром	150	0,1	0,025	6,01	22,74	0,05	180	0,14	0,035	8,0	30,32	0,07	392
Второй завтрак													
Сок фруктовый консервированный	187	0,9	0	17	72	3,75	200	0	0	23	92	3,75	
Обед													
Борщ со св. капустой, картофелем и фасолью	150	3,67	7,5	27,15	190,5	4,71	200	4,9	10	36,2	254	6,28	63
Вареники с творогом	180	17,8	4,57	32,81	243,9	0	200	19,8	5,08	36,45	271	0	443
Кисель из повидла	150	0,04	0	15,93	62,99	0,04	180	0,008	0	15,93	56,68	0,025	383
Хлеб ржаной -	30	2,5	0,4	12,9	65,2	0	38	2,5	0,4	12,9	65,2	0	
Хлеб пшеничный формовой в/с	14	2,05	0,35	9,03	48,8	0	30	2,34	0,27	15	73,5	0	
Полдник													
Продукт кисломолочный	150	5,22	4,5	7,2	90	1,26	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	400
Пряник	50	3,5	4,5	32	187	0	50	3,5	4,5	32	187	0	
итого за 2 день	1251	45,31	38,05	202,9	1327,63	11,81	1488	47,938	30,99	229,55	1464,20	13,39	