



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий д/с №12 «Солнышко» Фолосова С.Н.



МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

1 неделя 2 день на «19 06» 2025

12 часов возрастная категория сад 3-7 лет /полный день/

5 часов возрастная категория ГКП сад 3-7 лет /второй завтрак, обед/

3 часа возрастная категория ГКП сад 3-7 лет /второй завтрак/

№ рецеп	приём пищи наименование блюд	масса пор. в г	цена	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность
	ЗАВТРАК		32,60				
199	Молочная геркул. каша	200		5,7	7,1	27,4	150,5
414	Кофейный напиток	200		3,9	3,3	14,6	109,9
1	Бутерброд с маслом и сыром	46		6,2	8,1	12,1	124,0
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК		12,50				
пром	Яблоко	100		0,45	0,42	10,5	72,6
	ОБЕД		166,20				
73	Борщ зелён. со. смет	200		1,6	3,8	8,5	61,6
266	Плов с мясом	160		11,8	18,0	32,4	350,4
20	Огурец св	40		0,3	2,0	1,0	23,92
417	Напиток из шиповника	200		0,4	0,26	17,0	74,8
пром	Хлеб пшен	40		1,8	0,4	24	91,4
пром	Хлеб ржан	40		2,66	0,53	13,3	69,6
	ПОЛДНИК		25,40				
пром	Кондитерское изд. /пряник или печенье/	25		0,4	0,6	21,1	88,5
пром	Кефир	180		4,3	4,5	8,1	89,1
	УЖИН		54,25				
469	Творожно-морков запек	120		23,3	13,0	12,8	264,4
пром	Молоко сгущ	40		2,9	3,4	22,2	130,9
414	Чай с лимон	200		0	0	9,6	41,8
	ИТОГО	1791		65,71	65,41	234,6	1743,42