Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "
ДЕТСКИЙ САД № 35"
Основание: я подтверждаю этот документ
Дата: 2025-07-01 11:21:02

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День 21	Понедельник 30.06.2025г. 3 – 7 лет					
Неделя	5					
Завтрак						
6/М	**Масло сливочное**	7	0,04	5,78	0,06	52,36
199/М/ССЖ	**Омлет с сыром, подгарнировка из помидоров свежих**	200	6,95	4,67	29,97	189,81
414/М/ССЖ	**Напиток кофейный на молоке (3,2%), 180/10**	180	2,98	3,2	15,96	105,78
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Завтрак		422	14,97	18,24	55,83	449,55
Второй завтрак						
386/М	**Яблоко**	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Второй завтрак		100	0,4	0,3	10,3	47
Обед						
13/М/ССЖ	**Салат из свежих помидоров с зелёным горошком**	60	0,42	2,06	1,14	24,58
86/М/ССЖ	**Суп с рыбными фрикадельками**	195	4,84	6,1	11,66	121,07
267/И	**Плов из птицы**	180	11,1	8,56	10,99	160,99
	Компот из свежих фруктов	200	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,8
Итого за Обед		740	25,54	22,8	88,41	663,03
Полдник						
	Сочни с творогом	50	3,75	4,9	37,2	208,5
	Йогурт	200	5,8	5	8,4	108
Итого за Полдник		250	9,55	9,9	45,6	316,5
Ужин						
71/И	**Подгарнировка из консервированного огурца**	30	0,33	0,06	1,14	7,2
326/М/ССЖ	**Бефстроганов из отварного мяса**	100	12,86	14,38	8,36	215,22
335/М/ССЖ	**Картофельное пюре**	130	4,47	4,12	27,62	164,69
376/И	**Чай с молоком и сахаром**	180	0,2	0,05	11,46	49,18
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Ужин		460	19,38	18,77	58,42	483,29
Итого за день		1 972	69,84	70,01	258,56	1959,37