

21.04.2025г

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: весеннее-летний
Возрастная категория: 1 - 3 года

Утверждаю
Т.Б. Шкляева

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
185	каша гречневая вязкая	150	8,73	5,43	45,00	263,80
261	чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,92	45,20
	сыр "Российский"	10	2,30	2,90	0,00	36,40
	Итого:	360	10,49	5,63	64,91	349,00
	2 завтрак					
	фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Обед					
8	винегрет овощной	30	0,41	1,85	2,53	28,40
33	рассольник ленинградский со сметаной	150	3,02	6,84	19,47	89,98
176	фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	60/30	9,08	8,47	4,53	130,72
84У	капуста тушеная	120	2,41	4,52	8,11	87,60
267	напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,00	15,75	65,24
	Хлеб пшеничный	15	1,30	0,13	7,44	33,90
	Хлеб ржаной	15	1,23	0,14	8,00	32,00
	Итого:	570	17,96	21,95	65,83	467,84
	Полдник:					
251	снежок (кисломолочная продукт)	150	4,50	2,32	5,70	52,50
289	Ватрушка с повидлом	50	4,91	1,82	29,04	152,13
	Итого:	200	9,41	4,14	34,74	204,63
	ВСЕГО:	1230	38,26	32,12	175,28	1068,47

Стоимость: 98,99

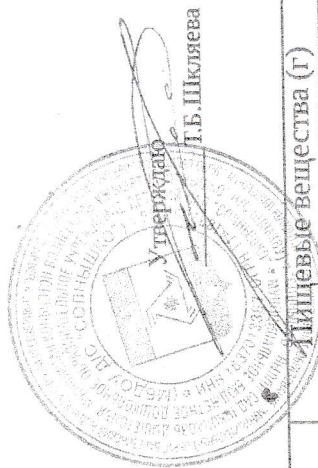
21.07.2025г

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: весеннее - летний

Возрастная категория: 3 - 7 лет



Утверждено
Т.Б. Шкляева

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
185	каша гречневая вязкая	180	10,47	6,51	54,00	316,56
261	чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00
	хлеб пшеничный	30	2,55	0,27	14,89	67,80
	сыр "Российский"	15	2,30	2,90	0,00	36,40
	Итого:	405	13,08	6,80	78,88	424,36
	2 завтрак					
	фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого:	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Обед					
8	винегрет овощной	50	0,68	3,08	4,22	47,40
33	рассольник ленинградский со сметаной	180	3,61	8,14	23,23	107,70
176	фрикадельки из говядины, тушеные в соусе	70 /30	10,68	9,97	5,33	153,79
84У	капуста тушеная	150	3,02	5,66	10,14	109,50
267У	напиток из плодов шиповника	180	0,36	0,25	18,67	79,00
	Хлеб пшеничный	20	1,70	0,18	9,92	45,20
	Хлеб ржаной	20	1,64	0,19	10,70	42,60
	Итого:	700	21,69	27,47	82,21	585,19
	Полдник:					
251	снежок (кисломолочная продукт)	180	5,04	5,74	7,36	101,27
289	Вагрушка с повидлом	70	6,88	2,55	40,65	212,98
	Итого:	250	11,92	8,29	48,01	314,25
	Всего:	1455	47,09	42,96	218,90	1370,80

стоимость 118,53