

День: Четверг
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: сад

05.06.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Соус молочный сладкий / Сад / 30 / ТК4195•1	30	0,58	1,34	4,27	35,26	0,15	369
	Батон с маслом / сад / 45 / ТК4736•1	45	1,2	4,03	20,83	31,85		1
	Запеканка из творога / сад / 100 / ТК5093•1	100	7,94	10,28	31,68	129,29	1,97	251
	Какао с молоком / сад / 180 / ТК4364•1	180	3,68	3,05	12,47	90,26	1,1	416
	Итого	355	17,53	19,53	71,33	407,67	6,87	
Второй завтрак	Кефир / / сад / 180 ТК4032•1	180	4,04	1,76	8,46	104,4	1,26	420
	Печенье / Сад / 30 / ТК4819•1	30	2,22	3	22,86	121,8		
	Итого	210	0	0	19,8	84,6	0	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями / Сад / 200 / ТК4177•1	200	1,52	2,35	11,92	71,28	13,18	86
	Капуста тушеная с мясом / Сад / 150 / ТК4256•1	150	2,92	6,37	14,82	123,09	101,6	144

	Салат из свежих помидор с луком / Сад / 60 / ТК4927•1	60	0,46	3	1,2	34,38	3,62	20
	Компот из свежих фруктов ябл / сад / 180 / ТК4372•1	180	0,11	0	17,65	48,56	3,6	390
	Хлеб пшеничный / сад / 20 / ТК4807•1	20	1,66	0,26	9,62	45,4		
	Хлеб ржаной / сад / 50 / ТК4619•1	50	2,35	0,35	24,9	107		
	Итого	660	20,31	26,44	85,59	623,84	66,5	
Уплотненный полдник	Каша пшенная жидкая / сад / 200 / ТК4961•1	200	4,71	8,99	28,44	108,79	1,68	199
	Чай с сахаром / сад / 180/10 / ТК4354•1	180/10	0,12	0,03	7,01	47,03	0,06	411
	Яйцо варёное •1	40	4,08	4,6	0,28	63	0	227
	Хлеб пшеничный / сад / 10 / ТК4807•1	10	0,83	0,13	4,81	22,7		
	Итого	430	16,49	10,66	80,95	504,91	2,62	
Итого за 4 день		1655	54,33	59,63	257,67	1621,02	75,99	

День: Четверг
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: ясли

05.06.2025г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Соус молочный сладкий / ясли / 15 / ТК4195•1	15	0,3	0,7	1,1	14,13	0,08	369
	Батон с маслом / ясли / 35 / ТК5024•1	35	2,41	2,93	15,64	108,25		1
	Запеканка из творога / ясли / 50 / ТК5092•1	50	7,21	6,25	9,12	58,8	0,24	251
	Какао с молоком / ясли / 150 / ТК4363•1	150	2,15	2,6	10,61	66,98	0,92	416
	Итого	285	14,49	13	35,93	253,93	4,6	
Второй завтрак	Кефир / ясли / 150 / ТК4349•1	150	2,2	2,8	7,05	87	1,05	420
	Печенье / Ясли / 20 / ТК4771•1	20	1,11	1,5	11,43	60,9		
	Итого	150	0,75	0,15	0,15	69	3	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями / ясли / 180 / ТК4177•1	180	4,21	3,62	10,73	79,29	11,86	86
	Капуста тушеная с мясом / Ясли / 100 / ТК4255•1	100	1,92	2,24	10,15	62,8	67,26	144
	Салат из свежих помидоров с луком/ ясл /	40	0,31	1	0,93	22,91	2,41	20

	40 / ТК4928•1							
	Компот из свежих фруктов ябл / ясли / 150 / ТК4371•1	150	0,09	0	9,05	34,86	3	390
	Хлеб пшеничный / ясли / 20 / ТК4806•1	20	0,83	0,13	4,81	22,7		
	Хлеб ржаной / ясли / 40 / ТК4616•1	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
	Итого	625	13,2	19,64	60,42	508,86	55,53	
Уплотненный полдник	Каша пшенная жидкая / ясли / 150 / ТК4801•1	150	5,09	7,62	18,89	117,14	1,27	199
	Чай с сахаром / ясли / 150/7 / ТК4353•1	150/7	0,1	0,03	6,01	23,14	0,05	411
	Яйцо варёное •1	40	3,08	4,6	0,28	63	0	227
	Хлеб пшеничный / ясли / 10 / ТК4806•1	20	0,83	0,13	4,81	22,7		
	Итого	600	12,69	14,34	74,19	430,91	5,48	
Итого за 4 день		1660	41,13	47,13	170,69	1262,7	68,61	