

Утверждаю директор

28.08.2025 (четверг)

Краснотурьинск ясли 1-3 з 167,77 руб



| Наименование блюда        |                                                                | Выход г | Белки г | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------|---------|---------|--------|------------|---------|
| <b><u>Завтрак</u></b>     |                                                                |         |         |        |            |         |
| 854,01                    | Омлет натуральный                                              | 120     | 8,87    | 8      | 10,22      | 176,2   |
| 10                        | Бутерброд с сыром                                              | 30      | 4,19    | 3      | 14,1       | 122     |
| 854,01                    | Чай с шиповником                                               | 200     |         |        | 11,18      | 60      |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                | 350     | 13,06   | 11     | 35,5       | 358,2   |
| <b><u>Завтрак 2</u></b>   |                                                                |         |         |        |            |         |
| 701,01                    | Напиток яблочный @                                             | 100     | 0,05    |        | 13,2       | 53,8    |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                                | 100     | 0,05    |        | 13,2       | 53,8    |
| <b><u>Обед</u></b>        |                                                                |         |         |        |            |         |
| 818                       | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным | 30      | 0,53    | 2      | 2,97       | 28,1    |
| 1 039,02                  | Суп с вермишелью и мясом кур @                                 | 150     | 1,45    | 1      | 10,46      | 60,5    |
| 401                       | Пудинг рыбный (паровой) с маслом                               | 50      | 6,5     | 5      | 2,88       | 84,4    |
| 512                       | Рис припущенный                                                | 110     | 2,64    | 4      | 27,17      | 161,6   |
| 1 802                     | Компот из яблок и ягод                                         | 150     | 0,03    |        | 2,76       | 11,5    |
| 894,01                    | Хлеб пшеничный.                                                | 20      | 1,62    |        | 9,76       | 48,4    |
| 1 147                     | Хлеб ржаной.                                                   | 20      | 1,7     | 1      | 9,7        | 51,8    |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                | 530     | 14,47   | 13     | 65,7       | 446,3   |
| <b><u>Полдник</u></b>     |                                                                |         |         |        |            |         |
| 1 141,07                  | Печенье детское (конд изд) 50                                  | 50      | 3,38    | 4      | 23,75      | 185     |
| 828                       | Чай с сахаром @                                                | 150     |         |        | 8,23       | 44,9    |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                | 200     | 3,38    | 4      | 31,98      | 229,9   |
| <b>Итого за день</b>      |                                                                | 1 180   | 30,96   | 28     | 146,38     | 1 088,2 |