

04. 12. 2025

МЕНЮ на 05.12.2025 г.		5 день (сад)			
Наименование блюда	масса порции г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки г	Жиры г	Углевод ы	
Завтрак					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	6.2	7.9	27.6	207.3
Чай с лимоном	180	0.1	0	5.3	22.4
Масло (порциями)	5	0	4.1	0	37.4
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7
Итого за прием пищи:	405	9.4	12.2	53	361.8
II Завтрак					
Фрукты свежие(груши)	120	1.81	1.98	13.4	91.1
Итого за приём пищи:	120	1.81	1.98	13.4	91.1
Обед					
Салат витаминный	60	0.76	1.8	8.86	37.2
Суп с рыбой	180	4.9	3.8	11.4	96.3
Тефтели мясные	80	8.9	9.8	8.5	194.5
Пюре из овощей	150	3.24	3.87	26.84	137.03
Соус томатный	30	0.4	1.3	2.1	20.9
Компот из свежих фруктов	180	0.24	0.24	6.72	54.36
Хлеб ржаной	50	3.3	0.4	21.2	102
Итого за приём пищи:	730	21.74	21.21	85.62	642.29
Полдник					
Печенье	50	3.83	4.83	29.1	171.3
Молоко кипячёное	200	5.6	4.9	9.3	104.8
Итого за приём пищи:	250	9.43	9.73	38.4	276.1
Ужин					
Запеканка из творога с морковью	180	14.1	12	22.6	257.9
Соус молочный (сладкий)	50	0.9	2.4	6.7	52.2
Кисель из концентрата плодово-ягодного	200	0	0	28.6	114.3
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7
Итого за приём пищи:	470	18.1	14.6	78	519.1
Всего за день:	1975	60.48	59.72	268.42	1890.39

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279373

Владелец Суркова Александра Владимировна

Действителен с 26.03.2025 по 26.03.2026