

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.46	0.3	23.25	104	.045	Бутерброд с повидлом	5-32
2.93	3.97	20.63	131	.150	Каша манная молочная вязкая	21-18
0.95	0.74	16.66	80	.160	Какао с молоком	11-11
6	5	61	315			37-61

<u>Обед</u>						
5.5	3.99	13.72	113	.150	Суп картофельный с бобовыми	21-33
3.5	7.09	23.15	171	.180	Гарнир сложный (вариант №1)	20-47
11.62	12.92	7.23	191	.070	Мясо в кисло-сладком соусе	52-42
0.13	0.13	15.12	63	.160	Компот из яблок	5-10
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
25	25	86	667			103-17

<u>Полдник</u>						
0.07	0.01	1.12	4	.100	Сок	7-02
7.89	11.2	31.28	261	.070	Творожки песочные	23-52
8	11	32	265			30-54

<u>Ужин</u>						
0.4	0.09	16.29	68	.160	Чай с лимоном	3-81
15.53	11.89	23.45	280	.080	Сырники из творога	35-56
16	12	40	348			39-37

Руководитель Юрьева Светлана Юрьевна
 Медсестра Нагибина О.Г.
 Калькулятор Кисаретова ЛМ
 Повар Бысова ОН

Питание 3-7 лет пр.д/сад

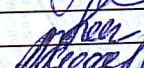
Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
Завтрак						
2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
					Омлет	
7.9	10.15	6.15	121	.080	натуральный, запеченный	13-84
					на пару	
0.95	0.74	16.66	80	.160	Какао с молоком	11-11
11	15	37	301			33-29

Обед						
0.68	3.08	3.45	45	.030	Салат "Степной" из различных овощей	5-03
6.05	5.29	11.06	116	.150	Борщ сибирский	15-56
19.92	21.45	17.43	342	.100	Плов из птицы	31-70
0.08	0.36	27.19	113	.160	Компот из апельсинов	10-75
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
31	31	86	745			66-89

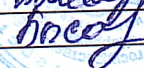
Полдник						
0.32	0.08	12.04	49	.160	Чай с сахаром	2-04
1.4	5.6	12.2	102	.020	Вафли	6-42
2	6	24	151			8-46

Ужин						
5.04	7.36	8.56	123	.180	Суп из овощей	14-78
0.33	0.19	11.1	46	.160	Чай с молоком	5-29
3.2	0.4	18.4	90	.040	Хлеб пшеничный	2-80
9	8	38	259			22-87

Руководитель  Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра  Нагибина О.Г.

Калькулятор  Кисаретова ЛМ

Повар  Бысова ОН

17 Июля 2026 г.

Питание 3-7 лет пр.д/сад

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак</u>						
2.45	3.92	13.87	100	.035	Бутерброд с маслом	8-34
0.4	0.09	16.29	68	.160	Чай с лимоном	3-81
14.92	11.25	23.38	269	.080	Запеканка из творога	34-35
18	15	54	437			46-50
<u>Обед</u>						
1.62	1.89	3.95	38	.030	Салат "Летний"	7-29
1.72	1.91	12.59	75	.150	Суп картоф. с макаронными изделиями	11-80
4.06	5.56	24.18	166	.180	Гарнир сложный (вариант №2)	24-06
10.09	0.37	0.12	43	.060	Рыба (филе)припущенная	16-33
0.13	0.13	15.12	63	.160	Компот из яблок	5-10
4.18	0.44	27.06	129	.055	Хлеб пшеничный	3-85
0.13	0.74	0.93	11	.020	Соус молочный	2-37
22	11	84	525			70-80
<u>Полдник</u>						
8.84	4.33	25.79	176	.060	Пирожки печеные с печенью	18-31
0.07	0.01	1.12	4	.100	Сок	7-02
9	4	27	180			25-33
<u>Ужин</u>						
6.16	8.74	6.74	112	.080	Омлет с морковью,сваренный на пару	13-17
0.54	0.22	23.7	109	.160	Напиток из плодов шиповника	3-57
3.2	0.4	18.4	90	.040	Хлеб пшеничный	2-80
10	9	49	311			19-54

Руководитель

Юрьева Светлана Юрьевна

Медсестра

Нагибина О.Г.

Калькулятор

Кисаретова ЛМ

Повар

Бысова ОН