

С. ГРЯЗОВСКАЯ ОБЛ. Г. ТАЛАН

О* №113063000444

№113063000414 №1130630001

УТВЕРЖАЮ: ИЛДОВ АЛЕКСАНДР СЕРГЕЕВИЧ

Исполнительский сад № 5 «Лесочка»

Таштанова А.Н.

Меню на 03.09.2025

Прием пищи	Наименование блюда	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет	1,5-3 лет	3-7 лет
День 8	Всё блюда										
	Энергетическая ценность										
	Белки										
	Жиры										
	Углеводы										
Завтрак	Лашсанник с сыром	150	200	276	368,00	10,05	13,40	10,35	13,80	35,7	47,60
	Какао с молоком	150	180	101	121,00	2,9	3,87	2,61	3,48	17,18	22,90
	Батон/масло	20,6	30,9	91,72	137,58	1,6	2,40	5,13	7,67	10,34	15,52
	10-00 Сок	160	200	73,6	92,00	0,8	1,00	0	-	16,16	20,20
	Итого за завтрак:			542,32	718,58	15,35	20,67	18,09	24,95	79,38	106,22
Обед	Куриный бульон с греч	180	200	141,6	157,30	10,7	11,88	10,8	12,00	0,5	0,55
	Греча отварная	120	150	109	137,00	3,7	4,60	3,2	4,00	19,2	24,00
	Гуляш из кури	60/20	70/30	96,76	110,50	8,47	9,68	7,04	8,04	1,67	1,91
	Хлеб крестьянский	30	35	70,8	82,60	2,31	2,69	0,28	0,33	14,37	16,77
	Хлеб Чусовской	30	35	67,5	78,50	2,16	2,52	0,29	0,45	13,35	15,57
	Салат капуста с морковью	50	60	52	63,00	0,8	1,00	3,3	4,00	5,9	7,10
	Напиток из шиповника	150	180	72,8	87,30	0,53	0,63	0,23	0,27	17,1	20,50
	Итого за обед:			610,46	716,2	28,67	33	25,14	29,09	72,09	86,4
Полдник	Запеканка творожная с рисом	100	120	224	269,00	14,5	17,40	9,9	11,90	19,2	23,10
	Чай с сахаром	150	180	26	31,00	0,03	0,03	0,01	0,01	6,82	8,18
	Сгущен. молоко	20	25	66	82,50	1,36	1,70	1,7	2,13	11,2	14,00
	Итого за полдник:			316	382,5	15,89	19,13	11,61	14,04	37,22	45,28
	Итого за день:			1468,78	1817,28	59,91	72,8	54,84	68,08	188,69	237,9