



Утверждено
Заведующий МКДОУ
Детский сад №25 "Росток"
г. Приблудный
Костенко С.А.
10 июля 2025 г.

Категория	Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	
			Б	Ж	У		
4 день							
Завтрак:	Блины мясорубная начинка с яблоками	С	180/4.5	6.68	6.53	32.75	219.36
	Чай с сахаром	С	20	1.52	0.16	9.84	47.00
	Масло сливочное "Горьковский" с м.ж. 72% (порция)	С	7	0.06	5.08	0.10	46.20
	Каша с яблоком и изюмом запаренная (250 г вар)	С	200	4.20	3.63	7.28	118.67
	Итого: сад	С	407	12.40	10.32	49.87	385.03
2 завтрак:	Пюре с яблоком (Яблоко 1шт) или сок фруктовый	С	1/100	0.40	0.40	9.80	44.00
		С	200	1.00	0.00	20.20	85.30
Обед	Икра овощная	С	50	0.65	2.07	3.58	35.50
	Суп картофельный с овощами (порция)	С	200	4.39	4.21	13.08	107.80
	Гречка из отваренного хлеба	С	30	3.74	0.48	22.82	110.46
	Рыба тушеная в томате с овощами	С	70/70	13.35	7.19	6.01	142.15
	Каша рассыпчатая ячневая	С	130/4.5	7.46	5.28	33.49	211.25
	Компот из свежих фруктов (с яблоком и сахаром)	С	180	0.43	0.25	12.66	54.61
	Хлеб пшеничный	С	10	1.14	0.12	7.38	35.25
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2.47	0.45	12.52	65.25
	Итого: сад	С	662	26.17	14.77	78.05	551.02
	Пюре из овощей с кабачками свежими	С	130	1.97	9.19	12.08	139.20
Полдник	Кондитерские изделия (проект-Ифит)	С	30	2.25	2.94	22.32	125.10
	Хлеб пшеничный	С	10	1.14	0.12	7.38	35.25
	Чай с сахаром	С	200/11	0.07	0.02	11.10	44.40
	Итого: сад	С	375	5.43	12.27	52.88	343.95
	Всего за день: сад	С	1444	44.00	37.36	180.80	1280.00