

«УТВЕРЖДЕНО»

Заведующий

МАДОУ «ЦРР - детский сад № 39»

А.А. Мойсюк

«__»_____ 2025 г.

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
День	Пятница (23.05.2025 г.)					
Неделя	3					
Завтрак						
6/М	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36
7/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6
199/М/ССЖ	Каша жидкая молочная из манной крупы	200	6,82	4,22	28,63	179,52
414/М/ССЖ	Напиток кофейный на молоке (3,2%), 180/10	180	2,98	3,2	15,96	105,78
	Батон	20	1,52	0,16	9,84	47
Итого за Завтрак		422	14,84	17,79	54,49	439,26
Второй завтрак						
386/М	Банан	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Второй завтрак		100	0,4	0,3	10,3	47
Обед						
37/М/ССЖ	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,8	2,07	3,76	37,1
73/М/ССЖ	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной с говядиной, 180/10/10	200	4,69	6,56	7,73	109,44
268/И	Котлета из мяса и печени с маслом сливочным, 80/5	85	11,5	9,76	9,13	170,54
335/М/ССЖ	Макаронные изделия отварные	130	4,47	4,12	27,62	164,69
	Сок фруктовый	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,4
Итого за Обед		695	25,03	23,07	86,14	657,97
Полдник						
	Пряник	50	3,75	4,9	37,2	208,5
	Йогурт	200	5,8	5	8,4	108
Итого за Полдник		250	9,55	9,9	45,6	316,5
Ужин						
13/М/ССЖ	Салат из свежих огурцов	60	0,42	2,06	1,14	24,58
271/М/ССЖ	Биточки рыбные из курицы	85	11,30	7,11	10,68	151,29
348/М/ССЖ	Пюре картофельное	150	3,73	5,22	11,92	110,29
413/М/ССЖ	Чай с молоком (3,2%), 180/10	180	1,55	1,61	12,36	70,66
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5
Итого за Ужин		505	19,28	16,24	50,86	427,32
Итого за день		1 972	69,1	67,3	247,39	1888,05