

Корниенко Ольга  
Игоревна

Подписано цифровой подписью:  
Корниенко Ольга Игоревна  
Дата: 2022.08.30 16:06:13 +06'00'

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**



№ п/п	Прием пищи. Наименование блюда	Нетто		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамины	
				Б		Ж		У				С	
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	<b>Завтрак</b>												
168	Каша манная житкая	150/5/5	200/5/5	3,4	4,52	3,96	4,07	22,94	30,57	121	177	0	0
2	Бутерброд с повидлом		30/5/20		2,49		3,93		27,56		156		0,1
1	Бутерброд с маслом	25/7		2,04		5,32		12,17		104,53		0	0
394	Чай с молоком	180	180	3,18	3,18	2,80	2,80	13,57	13,57	92,40	92,40	1,43	1,43
	<b>Итого</b>	372	445	8,62	7,7	12,08	6,87	48,68	44,14	317,93	269,4	1,43	1,43
10-00	Сок яблочный	200	200	0,9	0,9			16,38	16,38	68,4	68,4	3,6	3,6
	<b>Обед</b>												
21	Кукуруза с яйцом и луком	45	60	4,3	5,74	3,47	4,62	4,5	6	66,38	88,5	1,85	2,46
58	Гренки из пшеничного хлеба	20	40	2,49	4,98	0,32	0,63	14	27,99	68,78	137,55	0	0
62	Борщ с мясом	150/15	200/20	5,93	7,91	4,37	5,82	8,24	10,98	96	128	9,37	12,49
308	Запеканка картофельная с мясом	180	200	13,37	15,2	9,88	11,88	30,65	32,13	265,5	286,25	26,78	29,75
265	Соус сметанный	15	30	0,21	0,42	0,75	1,5	0,88	1,76	11,12	22,23	0,006	0,01
376	Компот из сушеных фруктов +V "С"	150	180	0,33	0,4	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	102	0,3	0,36
Т.П.П	Хлеб урожайный	40	50	3,65	4,56	0,38	0,48	23,33	29,16	94,4	118		
	<b>Итого</b>	615	780	30,28	39,17	19,19	24,95	102,43	133,01	686,93	882,53	38,306	45,07
	<b>Полдник</b>												
Т.П.П	Печенье	50	50	1,1	1,1	1,2	1,2	12,64	12,64	54	54	0,01	0,01
406	Ряженка	200	200	5,22	5,22	4,5	4,5	7,56	7,56	92	92	0,54	0,54
	<b>Итого</b>	250	250	6,32	6,32	5,7	5,7	20,2	20,2	146	146	0,55	0,55
	<b>Ужин</b>												
295	Суфле из отварного мяса с рисом	60	60	11,6	11,6	8,94	8,94	13,07	13,07	179	179	0	0
148	Рагу овощное	150	150	2,85	2,85	3,48	3,48	13,45	13,45	123,45	123,45	10,26	10,26
Т.П.П	Хлеб пшеничный	30	40	2,37	3,16	0,3	0,4	15,57	20,76	70,8	94,4	0	0
393	Чай с лимоном	180	200	0,12	0,13	0,02	0,02	10,2	11,33	41	45,56	2,83	3,14
	<b>Итого</b>	420	450	16,94	17,7	12,74	12,84	52,29	58,61	414,25	442,41	13,09	13,4
	<b>Итого за день</b>			63,06	71,8	49,71	50,36	239,98	272,34	1633,5	1808,7	56,976	64,05