

Утверждаю: руководитель
СПДС № 10 "Снежок"
_____ Т.Н.Прососова

МЕНЮ СПДС № 10 "Снежок"
16 сентября 2025 г.

Наименование блюд	Масса порции, сад от 3 до 7 лет	Белки в гр.	Жиры в гр.	Углеводы в гр.	Калорийность блюд
Завтрак					
Творожная запеканка	120	5,1	4,3	22,98	151,27
Чай сладкий	200	0,2	0	6,5	26,8
Батон	37	2,79	0,185	18,59	86,73
Масло	5		4,1	0,05	37,5
Молоко сгущённое	17	0,95	1,44	9,5	54,4
Итого	379	9,04	10,025	57,62	356,7
Напиток фруктовый	100			6,72	27
Итого	100	0	0	6,72	27
Обед					
Суп гороховый на курином бульоне	200	6,4	2,6	15	111
Овощное рагу	150	2,7	4,5	15,6	114,3
Котлета куриная	70	17,2	3,7	5,7	124,9
Компот из сухофруктов	200	0,4		17,1	69,9
Хлеб пшеничный	23	1,78	0,11	11,56	53,91
Хлеб ржаной	22	1,32	0,58/	6,36	37,58
Огурец солёный	40	0,4	0	0,6	4
Итого	705	30,2	#ЗНАЧ!	71,92	515,59
Полдник, уплотненный блюдами ужина					
Печенье	20	1,47	2,67	13,73	84,53
Каш рисовая на молоке	150	5,08	5,7	24	167,24
Чай сладкий с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
Хлеб пшеничный	24	1,86	0,12		51,57
Хлеб ржаной	22	1,32	0,58/	6,36	37,58
Итого	394	8,71	8,49	44,43	331,24
ВСЕГО	1578	47,95	#ЗНАЧ!	180,69	1230,53

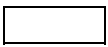
Утверждаю: руководитель
СПДС № 10 "Снежок"
_____ Т.Н.Прососова

МЕНЮ СПДС № 10 "Снежок"
16 сентября 2025 г.

Наименование блюд	Масса порции, сад от 2 до 3 лет	Белки в гр.	Жиры в гр.	Углеводы в гр.	Калорийность блюд
Завтрак					
Творожная запеканка	110	21,2	8,47	11,4	190,47
Чай сладкий	180	0,18	0	5,85	24,12
Батон	30	2,33	0,15	15,07	70,32
Масло	4		3,28	0,04	30
Молоко сгущёное	13	0,65	1,1	7,3	41,7
110	21,2	8,47	11,4	190,47	
Итого	358,2	32,83	24,4	230,13	356,61
Напиток фруктовый	100			6,72	27
Итого	100	0	0	6,72	27
Обед					
Суп гороховый на курином бульоне	150	4,8	2	11,5	84,3
Котлета куриная	60	12,3	2,8	4,5	93
Овощное рагу	120	2,2	3,7	12,7	93
Компот из сухофруктов	180	0,3	0	13,5	54,9
Хлеб пшеничный	15	1,105	0,075	7,53	35,16
Хлеб ржаной	20	1,2	0,53	5,25	23,44
Огурец солёный	20	0,2	0	0,3	2
Итого	565	22,105	9,105	55,28	385,8
Полдник, уплотненный блюдами ужина					
Печенье	20	1,47	2,67	13,73	84,53
Каш рисовая на молоке	130	4,02	4,47	18,9	131,37
	180	0,3	0	5,7	23,5
Хлеб пшеничный	15	1,105	0,075	7,53	35,16
Хлеб ржаной	20	1,2	0,53	5,25	23,44
Итого	345	6,895	7,215	45,86	274,56
ВСЕГО	1368,2	61,83	40,72	337,99	1043,97

|

|



|