

« 29 » апреля
МАДОУ
«Детский сад № 92»
КГО

30 апреля 2025 год

18 день																						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Жиры, г	Белки, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ С ФРУКТАМИ Т.К № 167	150	4,34	3,22	28,98	140,77	0,09	0,97	0,00	0,78	0,00	0,02	23,28	31,55	66,31	1,46	228,52	1,55	0,01	0,00	167	2012	
БАТОН С ДЖЕМОМ Т.К № 1	30	0,19	1,51	17,59	76,92	0,03	4,80	0,00	0,00	0,00	0,01	6,78	7,80	17,94	0,42	41,28	0,65	0,00	0,00	2	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ Т.К № 397	170	2,62	3,07	9,27	73,77	0,03	0,54	0,02	0,00	0,00	0,11	110,14	14,64	78,63	0,20	161,69	9,39	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	350	7,15	7,80	55,84	291,46	0,15	6,31	0,02	0,78	0,00	0,14	140,20	53,99	162,88	2,08	431,49	11,59	0,01	0,00			
2-ой Завтрак																						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ Т.К 442	100	0,00	0,30	16,50	68,00	0,02	6,00	0,06	0,00	0,00	0,04	5,00	12,00	15,00	0,20	152,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	450	7,15	8,10	72,34	359,46	0,17	12,31	0,08	0,78	0,00	0,18	145,20	65,99	177,88	2,28	583,49	11,59	0,01	0,00			
Обед																						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,04	0,32	1,00	5,60	0,01	4,00	0,00	0,04	0,00	0,02	9,20	5,60	16,80	0,40	56,40	1,20	0,01	0,00		2008	
СУП ГЕРКУЛЕСОВЫЙ Т.К 107	150	6,35	6,00	9,82	120,42	0,06	0,34	0,11	1,49	0,00	0,04	16,19	24,17	84,59	1,15	144,09	2,97	0,02	0,00	107	2008	
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ Т.К 262	155	13,19	15,49	8,78	200,20	0,08	40,40	0,08	0,72	0,00	0,14	66,74	36,98	156,76	3,04	575,80	9,64	0,05	0,00	262	2008	
ХЛЕБ РЖАНО ЗАВАРНОЙ	40	0,35	2,65	16,96	81,58	0,07	0,00	0,00	0,88	0,00	0,03	7,20	7,60	34,80	1,60	54,40	2,24	0,00	0,00		2008	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД Т.К № 375	150	0,09	0,22	6,43	29,00	0,01	18,00	0,00	0,16	0,00	0,01	12,63	7,45	6,68	0,26	79,29	0,23	0,00	0,00	375	2012	
Итого за прием пищи:	535	20,02	24,68	42,99	436,80	0,23	62,74	0,19	3,29	0,00	0,24	111,96	81,80	299,63	6,45	909,98	16,28	0,08	0,00			
Полдник																						
КЕКС ЗДОРОВЬЕ Т.К 490	20	6,49	1,02	8,44	79,02	0,01	0,00	0,01	1,76	0,09	0,02	3,29	1,17	10,77	0,14	11,63	0,87	0,00	0,00	490	2012	
ЙОГУРТ 2.5 ЖИРНОСТИ Т.К 407	180	4,50	5,04	8,12	101,72	0,05	1,26	0,05	0,00	0,00	0,31	216,00	25,20	171,00	0,00	262,80	0,00	0,04	0,00	407	2008	
Итого за прием пищи:	200	10,99	6,06	16,56	180,74	0,06	1,26	0,06	1,76	0,09	0,33	219,29	26,37	181,77	0,14	274,43	0,87	0,04	0,00			
Ужин																						
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ СЛАДКОЕ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ Т.К № 227	180	16,02	19,02	11,8																		