

муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №20» города Ижевска  
 И.о. заведующего (Синякова Е.С.)  
 08.07.2025

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
08.07.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	151	4.3	3.71	18.19	124.24
	БАТОН	28	1.5	0.25	12.85	59.5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2.31	2.98	0	36.52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	2.88	2.43	14.13	90.63
Итого за завтрак 1		371.00	10.99	9.37	45.17	310.89
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	44	0.49	3.03	2.49	40.66
	ЩИ	180	2.09	2.95	3.74	49.68
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.09	4.11	22.37	83.41
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	60	5.91	5.91	2.39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.08	0.08	13.42	55.58
Итого за обед		586.00	12.78	16.24	53.21	370.53
Полдник	СНЕЖОК	198	5.61	5.01	22.02	154.17
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	48	3.31	6.84	21.51	173.57
Итого за полдник		246.00	8.92	11.85	43.53	327.74
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	26	0.59	2.58	2.24	34.33
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.53	3.13	11.4	101.86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2.59	2.79	2.16	55.7
	БАТОН	40	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		395.00	7.84	8.85	41.42	305.84
Итого за день		1797.00	41.53	46.51	203.13	1401.00

Исполнитель: Диетсестра / Долгих Н.В. (Долгих Н.В.)  
 Шеф-повар: Лебедева Г.В. (Лебедева Г.В.)