



Меню на 02.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша гречневая вязкая	120	120	4,12	4,12	4,02	4,02	19,22	19,22	130,64	130,64	65
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Вафли	0	35	0	1,75	0	10,85	0	21	0	189	68
Печенье	20	0	1,4	0	2	0	14,6	0	82	0	66
Итого за завтрак 1	290	355	5,52	5,87	6,02	14,87	39,8	48,2	236,64	351,64	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Итого за завтрак 2	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	
Обед											
Борщ на мясном бульоне	200	200	6,4	6,4	4,6	4,6	10,82	10,82	123,24	123,24	7
Котлета мясная паровая	60	70	8,11	9,46	15,25	17,79	8,77	10,23	208,45	243,19	31
Вермишель с маслом	99	99	3,38	3,38	3,82	3,82	20	20	127,5	127,5	75
Кисель из сока натурального	147	196	0	0	0	0	23,52	31,36	64,97	86,63	113
Хлеб ржаной	38	47	2,51	3,1	0,42	0,52	15,58	19,27	76	94	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	547	615	20,39	22,34	24,09	26,73	78,69	91,68	600,16	674,56	
Полдник											
Кефир	146	146	4,38	4,38	3,65	3,65	5,84	5,84	77,38	77,38	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Чай с сахаром	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	166	371	5,88	6,26	4,25	4,4	16,44	27,07	131,38	176,88	
Ужин 1											
Омлет натуральный	134	133	10,61	10,53	10,89	10,81	11,99	11,9	190,57	189,15	88
Икра свекольноморковная	100	100	1,25	1,25	4,49	4,49	14,16	14,16	76,62	76,62	101
Кофейный напиток	150	200	1,5	2	0,6	0,8	16,47	21,96	79,5	106	79
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за ужин 1	404	458	14,86	15,66	16,58	16,85	53,22	61,27	400,69	439,27	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1507	1899	46,92	50,38	51,11	63,02	199,56	239,63	1420,9	1694,4	

Исполнитель: Ст. медсестра Полухина И.В. (Полухина И.В.)