



Заведующий (Калмыкова О.П.)

Меню на 03.06.2025

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 манная молочная	198	198	7,5	7,5	9,09	9,09	38,13	38,13	212,63	212,63	34
Какао с молоком	149	198	4,08	5,43	3,55	4,71	8,66	11,5	97,25	129,23	78
Бутерброд с маслом и сыром	32	52	3,08	5,01	5,48	8,91	11,42	18,56	107,72	175,04	55
Итого за завтрак 1	379	448	14,67	17,94	18,11	22,71	58,21	68,2	417,6	516,91	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	100	200	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	19,41	52	92	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	198	198	12,04	12,04	8,22	8,22	26,49	26,49	228,99	228,99	11
Запеканка картофельная с отварным мясом	147	147	12,48	12,48	12,27	12,27	10,7	10,7	223,32	223,32	95
Соус сметанный	46	46	1,43	1,43	4,04	4,04	3,04	3,04	54,45	54,45	107
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	50	59	0,49	0,58	3,57	4,21	1,9	2,24	47,15	55,64	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,44	0,55	16,4	20,5	80	100	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	634	703	29,23	30,03	28,54	29,29	65,19	71,86	676,24	718,83	
Полдник											
Кефир	147	147	4,41	4,41	3,68	3,68	5,88	5,88	77,91	77,91	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за полдник	167	172	5,91	6,29	4,28	4,43	16,48	19,13	131,91	145,41	
Ужин 1											
Котлеты рыбные паровые	113	112	28,65	28,39	1,01	1	7,31	7,25	142,27	141,01	
Капуста тушеная	100	100	2,09	2,09	4,41	4,41	4,59	4,59	78,65	78,65	44
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за ужин 1	383	437	32,24	32,36	6,02	6,16	28,49	33,07	298,92	319,16	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1663	1960	82,3	86,87	57,12	62,76	179,78	211,66	1576,7	1792,3	

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