

Меню на 06.05.2025

Заведующий (Калмыкова О.П.)

УТВЕРЖДАЮ

06.05.2025

Учреждение
детский сад № 45
"Золотая рыбка"

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	202	200	7,66	7,58	9,27	9,18	38,91	38,52	216,93	214,78	34	
Какао с молоком	150	202	4,11	5,53	3,57	4,81	8,71	11,74	97,9	131,85	78	
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58	
Каша пшеничная-Д	0	100	0	2,96	0	3	0	6,7	0	100,09	36	
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80	
Итого за завтрак 1	377	744	13,33	18,7	16,44	23,04	58,72	83,58	398,66	619,55		
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	
Каша пшеничная с мясом	155	182	6,9	8,1	8,17	9,6	27,68	32,51	231,65	272	180	
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	546	633	21,73	23,64	16,83	18,36	77,24	88,38	582,96	657,43		
Полдник												
Кефир	141	141	4,23	4,23	3,53	3,53	5,64	5,64	74,73	74,73	85	
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51	
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80	
Итого за полдник	161	366	5,73	6,11	4,13	4,28	16,24	26,87	128,73	174,23		
Ужин 1												
Котлеты рыбные паровые	105	106	26,62	26,87	0,93	0,94	6,79	6,86	132,2	133,45		
Капуста тушеная	103	103	2,15	2,15	4,54	4,54	4,73	4,73	81,01	81,01	44	
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80	
Булка	20	30	1,5	2,25	0,6	0,9	10,6	15,9	54	81	51	
Итого за ужин 1	378	439	30,27	31,27	6,08	6,39	28,11	35,47	291,2	327,46		
Рекомендованный ужин 2												
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
Итого день	1562	2382	71,31	79,97	43,64	52,23	191,71	253,7	1453,6	1870,7		

Исполнитель: Ст. медсестра

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