

Меню на 07.05.2025

Заведующий

О.П.)



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											
Запеканка творожная	117	116	19,79	19,62	11,74	11,64	9,66	9,58	233,65	231,65	89
Соус сметанный сладкий	45	44	1,53	1,49	3,85	3,77	5,93	5,79	65,32	63,87	109
Кофейный напиток с молоком	150	200	4,5	6	3,84	5,12	12,87	17,16	103,56	138,08	81
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	337	602	27,38	29,74	23,03	26,57	39,56	59,15	486,36	606,44	
Завтрак 2											
Яблоко	103	103	0,27	0,27	0,18	0,18	11,75	11,75	53,56	53,56	70
Итого за завтрак 2	103	103	0,27	0,27	0,18	0,18	11,75	11,75	53,56	53,56	
Обед											
Суп гороховый на кур.бульоне	198	198	2,71	2,71	4,24	4,24	8,89	8,89	159,14	159,14	1
Курица отварная	52	52	14,2	14,2	3,48	3,48	0	0	92,04	92,04	23
Пюре картофельное	121	152	2,58	3,24	3,73	4,68	15,12	18,99	104,13	130,81	43
Салат из свеклы с маслом растительным	60	100	0,79	1,31	2,68	4,47	1,54	2,56	45,61	76,02	105
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	35	44	2,31	2,9	0,39	0,48	14,35	18,04	70	88	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	619	749	22,74	24,57	14,51	17,36	46,55	57,36	513,26	602,45	
Полдник											
Кефир	144	144	4,32	4,32	3,6	3,6	5,76	5,76	76,32	76,32	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	164	369	5,82	6,2	4,2	4,35	16,36	26,99	130,32	175,82	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	200	200	7,44	7,44	8,58	8,58	37,68	37,68	198,76	198,76	39
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
Каша геркулесовая	0	95	0	2,43	0	2,58	0	16,63	0	77,14	41
Итого за ужин 1	370	520	8,94	11,75	9,18	11,91	54,27	75,54	276,76	375,4	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1593	2343	65,14	72,51	51,1	60,37	168,49	230,79	1460,3	1813,7	

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