



Заведующий (Калмыкова О.П.)

Меню на 08.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц, ккал		№ рецептуры
	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	
Завтрак 1											
Каша манная молочная	196	196	7,43	7,43	9	9	37,75	37,75	210,48	210,48	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	30	52	2,89	5,01	5,14	8,91	10,71	18,56	100,99	175,04	55
Каша гречневая вязкая-Д	0	120	0	4,12	0	4,02	0	19,22	0	130,64	65
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	375	766	14,4	21,99	17,68	26,64	57,12	95,01	408,73	677,4	
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	200	200	12,16	12,16	8,3	8,3	26,76	26,76	231,3	231,3	11
Запеканка картофельная с отварным мясом	152	152	12,9	12,9	12,69	12,69	11,07	11,07	230,92	230,92	95
Соус сметанный	52	50	1,62	1,55	4,57	4,39	3,44	3,31	61,55	59,18	107
Салат из квашеной капусты с луком	50	49	0,03	0,03	2,64	2,59	0,16	0,16	37,99	37,23	94
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	36	46	2,38	3,04	0,4	0,51	14,76	18,86	72	92	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	643	700	29,24	29,89	28,6	28,48	62,84	69,03	676,09	707,07	
Полдник											
Кефир	141	141	4,23	4,23	3,53	3,53	5,64	5,64	74,73	74,73	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	166	366	6,11	6,11	4,28	4,28	18,89	26,87	142,23	174,23	
Ужин 1											
Котлеты рыбные паровые	144	143	36,5	36,25	1,28	1,27	9,32	9,25	181,3	180,04	
Капуста тушеная	103	102	2,15	2,13	4,54	4,5	4,73	4,68	81,01	80,22	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	417	470	40,16	40,26	6,42	6,52	30,63	35,16	340,31	359,76	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1701	2502	90,16	98,49	57,15	66,09	180,89	245,48	1619,4	2010,5	

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