

Заведующий
УТВЕРЖДАЮ
(Калмыкова О.П.)
11.06.2025

Меню на 11.06.2025

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											
Запеканка творожная	133	132	22,5	22,33	13,34	13,24	10,98	10,9	265,6	263,6	89
Соус сметанный сладкий	47	47	1,59	1,59	4,02	4,02	6,19	6,19	68,23	68,23	109
Какао с молоком	140	186	3,84	5,1	3,33	4,43	8,13	10,81	91,38	121,4	78
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58
Вермишель с сахаром-Д	0	92	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за завтрак 1	345	701	29,49	31,64	24,3	27,74	36,41	54,6	509,03	626,39	
Завтрак 2											
Яблоко	100	99	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,3	52	51,48	70
Итого за завтрак 2	100	99	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,3	52	51,48	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	204	204	12,4	12,4	8,47	8,47	27,3	27,3	235,93	235,93	11
Котлета мясная паровая	65	64	8,79	8,65	16,52	16,27	9,5	9,35	225,82	222,35	31
Пюре картофельное	124	153	4,21	5,19	4,12	5,08	14,36	17,72	104,61	129,07	56
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	44	41	0,43	0,4	3,14	2,92	1,67	1,56	41,49	38,66	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	37	47	2,44	3,1	0,41	0,52	15,17	19,27	74	94	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	627	712	28,42	29,95	32,65	33,25	74,66	84,08	724,18	776,45	
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-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	166	373	5,88	6,26	4,25	4,4	16,44	27,15	131,38	177,2	
Ужин 1											
Каша пшеничная молочная жидкая	190	186	6,42	6,29	9,9	9,69	24,57	24,05	213,69	209,19	48
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 пш,нная рассыпчатая-Д	0	99	0	4,34	0	4,24	0	25,83	0	159,14	53
Итого за ужин 1	360	510	7,92	12,5	10,5	14,68	41,15	71,11	291,69	467,84	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1598	2395	71,97	80,6	71,87	80,24	180,07	248,23	1708,3	2099,4	