УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____(Калмыкова О.П.)
12.05.2025

Меню на 12.05.2025

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											
Макароны отварные со сливочным маслом	110	110	4,3	4,3	5,95	5,95	22,95	22,95	168,28	168,28	37
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Печенье	20	40	1,4	2,8	2	4	14,6	29,2	82	164	66
Итого за завтрак 1	280	350	5,7	7,1	7,95	9,95	43,54	60,13	274,28	364,28	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Итого за завтрак 2	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	
Обед											
Борщ на мясном бульоне	204	204	6,53	6,53	4,69	4,69	11,04	11,04	125,7	125,7	7
Каша рисовая с мясом	132	157	11,18	13,3	3,3	3,93	20,06	23,86	153,58	182,67	21
Кисель из сока натурального	149	198	0	0	0	0	23,84	31,68	65,86	87,52	113
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	525	609	20,15	22,93	8,4	9,13	70,11	85,85	419,14	489,89	
Полдник											
Кефир	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	79,5	79,5	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Чай с сахаром	0	198	0	0	0	0	0	7,9	0	31,68	80
Итого за полдник	170	373	6	6,38	4,35	4,5	16,6	27,15	133,5	178,68	
Ужин 1											
Омлет натуральный	121	118	9,58	9,35	9,84	9,59	10,83	10,56	172,09	167,82	88
Икра свекольноморковная	100	100	1,25	1,25	4,49	4,49	14,16	14,16	76,62	76,62	101
Кофейный напиток	150	200	1,5	2	0,6	0,8	16,47	21,96	79,5	106	79
Булка	25	30	1,88	2,25	0,75	0,9	13,25	15,9	67,5	81	51
Итого за ужин 1	396	448	14,21	14,85	15,68	15,78	54,71	62,58	395,71	431,44	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1471	1880	46,32	51,51	36,55	39,54	196,36	247,12	1274,6	1516,3	

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