



Меню на 13.05.2025

Заведующий УТВЕРЖДАЮ (Калмыкова 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											
Каша геркулесовая молочная	202	200	7,51	7,44	8,67	8,58	38,06	37,68	200,75	198,76	39
Какао с молоком	150	200	4,11	5,48	3,57	4,76	8,71	11,62	97,9	130,54	78
Бутерброд с маслом	30	42	1,87	2,62	4,32	6,05	13,31	18,64	100,6	140,84	58
Каша геркулесовая-Д	0	74	0	1,89	0	2,01	0	12,95	0	60,09	41
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за завтрак 1	382	718	13,49	17,44	16,56	21,4	60,08	88,95	399,25	562,55	
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											
Борщ на мясном бульоне	200	200	6,4	6,4	4,6	4,6	10,82	10,82	123,24	123,24	7
Жаркое по-домашнему	158	158	16,15	16,15	13,81	13,81	14,71	14,71	249,96	249,96	14
Икра кабачковая	38	38	0,46	0,46	1,79	1,79	2,93	2,93	29,64	29,64	106
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	36	45	2,38	2,97	0,4	0,5	14,76	18,45	72	90	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	585	644	25,53	26,17	20,59	20,69	49,88	55,79	517,17	549,28	
Полдник											
Кефир	146	146	4,38	4,38	3,65	3,65	5,84	5,84	77,38	77,38	85
Булочка домашняя	100	100	7,64	7,64	9,88	9,88	46,66	46,66	307,28	307,28	60
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	246	448	12,02	12,02	13,53	13,53	52,5	60,56	384,66	416,98	
Ужин 1											
Суфле из рыбы	93	93	17,32	17,32	9,3	9,3	8,73	8,73	186,8	186,8	29
Салат из свеклы с маслом растительным	100	100	1,31	1,31	4,47	4,47	2,56	2,56	76,02	76,02	105
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за ужин 1	368	418	20,5	20,5	14,52	14,52	30,53	32,52	354,32	362,32	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1681	2428	71,81	76,39	65,37	70,31	204,4	257,23	1707,4	1983,1	

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