

Меню на 16.05.2025

Заведующий
16.05.2025
(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 из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	196	198	6,19	6,26	9,98	10,08	25,81	26,08	218,7	220,93	54
Кофейный напиток с молоком	150	198	4,5	5,94	3,84	5,07	12,87	16,99	103,56	136,7	81
Бутерброд с маслом	26	42	1,62	2,62	3,74	6,05	11,54	18,64	87,18	140,84	58
Каша рисовая с сахаром-Д	0	75	0	1,25	0	1,81	0	13,89	0	76,46	42
Чай с сахаром-Д	0	196	0	0	0	0	0	7,82	0	31,36	80
Итого за завтрак 1	372	709	12,32	16,07	17,56	23	50,23	83,42	409,44	606,29	
Завтрак 2											
Яблоко	101	101	0,26	0,26	0,17	0,17	11,52	11,52	52,52	52,52	70
Сок для детского питания	91	0	0,27	0	0	0	3,88	0	41,86	0	75
Сок фруктовый	0	109	0	0	0	0	0	10,9	0	49,05	74
Итого за завтрак 2	192	210	0,54	0,26	0,17	0,17	15,4	22,42	94,38	101,57	
Обед											
Борщ на курином бульоне	206	208	2,82	2,85	5,43	5,48	0,32	0,32	153,93	155,43	5
Котлета куриная	59	60	7,44	7,57	8,7	8,85	5,48	5,57	142,36	144,77	12
Пюре картофельное	150	150	3,2	3,2	4,62	4,62	18,74	18,74	129,09	129,09	43
Свежие огурцы	39	38	0,78	0,76	0	0	1,95	1,9	8,19	7,98	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	37	46	2,44	3,04	0,41	0,51	15,17	18,86	74	92	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	644	705	16,83	17,61	19,16	19,46	48,31	54,27	549,9	585,71	
Полдник											
Кефир	146	146	4,38	4,38	3,65	3,65	5,84	5,84	77,38	77,38	85
Вафли	0	35	0	1,75	0	10,85	0	21	0	189	68
Печенье	20	0	1,4	0	2	0	14,6	0	82	0	66
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	166	383	5,78	6,13	5,65	14,5	20,44	34,9	159,38	298,7	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные	132	131	17,29	17,16	13,73	13,62	24,16	23,97	293,03	290,81	87
Соус сметанный сладкий	46	46	1,56	1,56	3,94	3,94	6,06	6,06	66,77	66,77	109
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	20	35	1,5	2,63	0,6	1,05	10,6	18,55	54	94,5	51
Итого за ужин 1	348	412	20,35	21,35	18,27	18,61	46,8	56,56	437,8	484,08	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1722	2419	55,82	61,42	60,81	75,74	181,18	251,57	1650,9	2076,4	