

Меню на 17.04.2025

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											
Макароны, запеч, ные с сыром	96	95	5,38	5,32	5,71	5,65	20	19,79	153,89	152,29	35
Какао с молоком	150	20	4,11	0,55	3,57	0,48	8,71	1,16	97,9	13,05	78
Бутерброд с маслом	21	42	1,31	2,62	3,02	6,05	9,32	18,64	70,42	140,84	58
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	267	357	10,8	8,49	12,31	12,18	38,04	47,57	322,21	338,18	
Завтрак 2											
Яблоко	97	100	0,25	0,26	0,16	0,17	11,07	11,41	50,44	52	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	97	200	0,25	0,26	0,16	0,17	11,07	19,41	50,44	92	
Обед											
Суп полевой на мясном бульоне	200	200	14,3	14,3	4,4	4,4	17,5	17,5	176,48	176,48	10
Голубцы ленивые с мясом	146	171	10,62	12,44	9,05	10,6	14,79	17,33	280	327,94	16
Огурец соленый	29	31	0,23	0,25	0,03	0,03	0,93	0,99	2,9	3,1	104
Компот из сухофруктов	153	200	0,15	0,2	0	0	6,79	8,88	43,18	56,44	72
Хлеб ржаной	37	43	2,44	2,84	0,41	0,47	15,17	17,63	74	86	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	568	648	27,74	30,02	13,89	15,51	55,19	62,33	576,55	649,96	
Полдник											
Кефир	151	153	4,53	4,59	3,78	3,83	6,04	6,12	80,03	81,09	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	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	171	378	6,03	6,47	4,38	4,58	16,64	27,35	134,03	180,59	
Ужин 1											
Рыба, тушенная в томате с овощами	0	101	0	9,56	0	5,02	0	4,45	0	101,04	28
Тефтели из рыбы	87	0	10,13	0	3,88	0	13,06	0	140,67	0	30
Пюре картофельное	120	154	4,07	5,23	3,98	5,11	13,9	17,83	101,23	129,91	56
Чай с сахаром	155	200	0	0	0	0	6,18	7,98	24,8	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	382	480	15,7	16,67	8,46	10,88	43,74	43,52	320,7	330,45	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1485	2063	60,52	61,9	39,2	43,31	164,67	200,18	1403,9	1591,2	

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