



Меню на 18.04.2025

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											
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	202	202	6,38	6,38	10,28	10,28	26,6	26,6	225,39	225,39	54
Кофейный напиток с молоком	152	200	4,56	6	3,89	5,12	13,04	17,16	104,94	138,08	81
Бутерброд с маслом	25	41	1,56	2,56	3,6	5,9	11,1	18,2	83,83	137,49	58
Каша рисовая с сахаром-Д	0	113	0	1,89	0	2,72	0	20,93	0	115,2	42
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за завтрак 1	379	758	12,5	16,83	17,77	24,03	50,75	90,95	414,16	648,48	
Завтрак 2											
Яблоко	94	94	0,24	0,24	0,16	0,16	10,73	10,73	48,88	48,88	70
Сок фруктовый	0	99	0	0	0	0	0	9,9	0	44,55	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
Итого за завтрак 2	194	193	0,54	0,24	0,16	0,16	14,99	20,63	94,88	93,43	
Обед											
Борщ на курином бульоне	204	202	0	0	0	0	0	0	0	0	5
Котлета куриная	53	55	6,69	6,94	7,82	8,11	4,92	5,1	127,88	132,7	12
Каша гречневая (гарнир)	100	100	4,32	4,32	2,73	2,73	31,22	31,22	100,98	100,98	32
Салат из квашеной капусты с луком	19	31	0,01	0,02	1	1,64	0,06	0,1	14,44	23,55	94
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	41	52	2,71	3,43	0,45	0,57	16,81	21,32	82	104	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	570	643	13,87	14,91	12,01	13,05	59,67	66,62	367,63	417,68	
Полдник											
Кефир	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	79,5	79,5	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	170	387	5,9	6,25	5,75	14,6	20,6	35,06	161,5	300,82	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные	126	126	16,51	16,51	13,1	13,1	23,06	23,06	279,71	279,71	87
Соус сметанный сладкий	46	45	1,56	1,53	3,94	3,85	6,06	5,93	66,77	65,32	109
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	35	1,88	2,63	0,75	1,05	13,25	18,55	67,5	94,5	51
Итого за ужин 1	347	406	19,94	20,66	17,79	18,01	48,35	55,51	437,98	471,53	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1660	2387	52,76	58,89	53,48	69,85	194,35	268,77	1476,2	1931,9	