УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____(Калмыкова О.П.)

19.05.2025

Меню на 19.05.2025

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											
Каша гречневая вязкая	110	119	3,78	4,08	3,68	3,99	17,62	19,06	119,75	129,56	65
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
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
Итого за завтрак 1	280	354	5,18	5,83	5,68	14,84	38,2	48,04	225,75	350,56	
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	200	200	6,4	6,4	4,6	4,6	10,82	10,82	123,24	123,24	7
Котлета мясная паровая	70	70	9,46	9,46	17,79	17,79	10,23	10,23	243,19	243,19	31
Вермишель с маслом	99	99	3,38	3,38	3,82	3,82	20	20	127,5	127,5	75
Кисель из сока натурального	146	194	0	0	0	0	23,36	31,04	64,53	85,75	113
Хлеб ржаной	40	48	2,64	3,17	0,44	0,53	16,4	19,68	80	96	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	558	614	21,88	22,4	26,65	26,74	80,81	91,77	638,46	675,68	
Полдник											
Кефир	155	155	4,65	4,65	3,88	3,88	6,2	6,2	82,15	82,15	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Чай с сахаром	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	180	382	6,53	6,53	4,63	4,63	19,45	27,51	149,65	181,97	
Ужин 1											
Омлет натуральный	122	118	9,66	9,35	9,92	9,59	10,92	10,56	173,51	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	20	35	1,5	2,63	0,6	1,05	10,6	18,55	54	94,5	51
Итого за ужин 1	392	453	13,91	15,22	15,61	15,93	52,15	65,23	383,63	444,94	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1510	1903	47,75	50,24	52,74	62,3	202,02	243,96	1449,5	1705,1	

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