



Заведующий кафедрой (Калмыкова О.П.)

Меню на 21.05.2025

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											
Запеканка творожная	120	120	20,3	20,3	12,04	12,04	9,91	9,91	239,64	239,64	89
Кофейный напиток с молоком	147	196	4,41	5,88	3,76	5,02	12,61	16,82	101,49	135,32	81
Повидло	23	23	0	0	0	0	14,03	14,03	56,12	56,12	110
Бутерброд с маслом и сыром	32	52	3,08	5,01	5,48	8,91	11,42	18,56	107,72	175,04	55
Чай с сахаром-Д	0	198	0	0	0	0	0	7,9	0	31,68	80
Итого за завтрак 1	322	589	27,79	31,19	21,28	25,97	47,97	67,22	504,97	637,8	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	0	103	0	0	0	0	0	10,3	0	46,35	74
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок для детского питания	92	0	0,28	0	0	0	3,92	0	42,32	0	75
Итого за завтрак 2	192	203	0,54	0,26	0,17	0,17	15,33	21,71	94,32	98,35	
Обед											
Суп гороховый вегетарианский	200	200	8,74	8,74	2,64	2,64	35,04	35,04	148,2	148,2	3
Печень по-строгановски	69	69	9,94	9,94	3,99	3,99	2,45	2,45	83,84	83,84	25
Каша гречневая (гарнир)	100	100	4,32	4,32	2,73	2,73	31,22	31,22	100,98	100,98	32
Свежие огурцы	30	37	0,6	0,74	0	0	1,5	1,85	6,3	7,77	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,44	0,55	16,4	20,5	80	100	50
Соль	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	591	658	26,38	27,23	9,8	9,91	93,27	99,94	461,66	497,24	
Полдник											
Кефир	149	149	4,47	4,47	3,73	3,73	5,96	5,96	78,97	78,97	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	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	169	376	5,97	6,35	4,33	4,47	16,56	27,27	132,97	178,79	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	198	196	7,37	7,29	8,49	8,41	37,3	36,93	196,77	194,78	39
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	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	368	421	8,87	9,17	9,09	9,16	53,89	58,16	274,77	294,28	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1642	2247	69,54	74,2	44,67	49,69	227,02	274,29	1468,7	1706,5	

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