



Меню на 22.04.2025

Заведующий (Калмыкова О.П.)

УТВЕРЖДАЮ

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 манная молочная	200	198	7,58	7,5	9,18	9,09	38,52	38,13	214,78	212,63	34
Какао с молоком	149	200	4,08	5,48	3,55	4,76	8,66	11,62	97,25	130,54	78
Бутерброд с маслом и сыром	32	50	3,08	4,82	5,48	8,57	11,42	17,84	107,72	168,31	55
Каша пшеничная	0	104	0	3,08	0	3,12	0	6,97	0	104,09	36
Чай с сахаром	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за завтрак 1	381	754	14,74	20,88	18,21	25,54	58,6	82,63	419,75	647,9	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	100	200	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	19,41	52	92	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	202	200	12,28	12,16	8,38	8,3	27,03	26,76	233,61	231,3	11
Запеканка картофельная с отварным мясом	152	152	12,91	12,91	12,7	12,7	11,07	11,07	230,92	230,92	95
Соус сметанный	51	50	1,59	1,55	4,48	4,39	3,37	3,31	60,36	59,18	107
Огурец соленый	24	32	0,19	0,26	0,02	0,03	0,77	1,02	2,4	3,2	104
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	36	45	2,38	2,97	0,4	0,5	14,76	18,45	72	90	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	618	682	29,5	30,05	25,98	25,92	63,65	69,48	641,63	674,04	
Полдник											
Кефир	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	79,5	79,5	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Чай с сахаром	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	170	377	6	6,38	4,35	4,5	16,6	27,31	133,5	179,32	
Ужин 1											
Котлеты рыбные паровые	111	110	28,14	27,89	0,99	0,98	7,18	7,12	139,75	138,49	
Капуста тушеная	100	100	2,09	2,09	4,41	4,41	4,59	4,59	78,65	78,65	44
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	381	435	31,73	31,85	6	6,14	28,36	32,94	296,4	316,64	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1650	2448	82,23	89,42	54,71	62,27	178,62	231,77	1543,3	1906,9	

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