

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Калмыкова О.П.)
23.04.2025

Меню на 23.04.2025

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											
Запеканка творожная	108	134	18,27	22,67	10,84	13,44	8,92	11,07	215,68	267,6	89
Кофейный напиток с молоком	152	200	4,56	6	3,89	5,12	13,04	17,16	104,94	138,08	81
Повидло	17	16	0	0	0	0	10,37	9,76	41,48	39,04	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	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за завтрак 1	309	604	25,91	33,68	20,21	27,48	43,75	64,6	469,82	652,08	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок фруктовый	0	104	0	0	0	0	0	10,4	0	46,8	74
Сок для детского питания	91	0	0,27	0	0	0	3,88	0	41,86	0	75
Итого за завтрак 2	191	204	0,53	0,26	0,17	0,17	15,29	21,81	93,86	98,8	
Обед											
Суп гороховый вегетарианский	200	200	8,74	8,74	2,64	2,64	35,04	35,04	148,2	148,2	3
Суфле из печени	109	109	11,48	11,48	9,1	9,1	7,89	7,89	166,09	166,09	24
Каша гречневая (гарнир)	100	97	4,32	4,19	2,73	2,65	31,22	30,28	100,98	97,95	32
Огурец соленый	25	32	0,2	0,26	0,03	0,03	0,8	1,02	2,5	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	623	686	27,26	27,83	14,9	14,92	96,37	101,57	532,11	564,89	
Полдник											
Кефир	144	144	4,32	4,32	3,6	3,6	5,76	5,76	76,32	76,32	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	164	371	5,82	6,2	4,2	4,35	16,36	27,07	130,32	176,14	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	200	200	7,44	7,44	8,58	8,58	37,68	37,68	198,76	198,76	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
Каша геркулесовая-Д	0	89	0	2,28	0	2,42	0	15,58	0	72,27	41
Итого за ужин 1	370	514	8,94	11,59	9,18	11,75	54,27	74,49	276,76	370,53	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1657	2379	68,46	79,56	48,65	58,67	226,03	289,54	1502,9	1859,4	