

23.07.2025

Меню на 23.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц, ккал		№ рецептуры
	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	
Завтрак 1											
Запеканка творожная	115	115	19,45	19,45	11,54	11,54	9,5	9,5	229,65	229,65	89
Соус молочный сладкий	41	50	1,7	2,08	1,41	1,73	3,31	4,04	48,26	58,85	108
Кофейный напиток с молоком	153	202	4,59	6,06	3,92	5,17	13,13	17,33	105,63	139,46	81
Бутерброд с маслом	24	42	1,5	2,62	3,46	6,05	10,65	18,64	80,48	140,84	58
Итого за завтрак 1	333	409	27,24	30,21	20,33	24,48	36,59	49,51	464,02	568,8	
Завтрак 2											
Яблоко	100	99	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,3	52	51,48	70
Сок фруктовый	0	94	0	0	0	0	0	9,4	0	42,3	74
Сок для детского питания	91	0	0,27	0	0	0	3,88	0	41,86	0	75
Итого за завтрак 2	191	193	0,53	0,26	0,17	0,17	15,29	20,7	93,86	93,78	
Обед											
Суп гороховый на мяс. б.	202	202	8,24	8,24	7,66	7,66	16,87	16,87	182,65	182,65	1
Котлета мясная паровая	64	74	8,66	10,01	16,27	18,81	9,35	10,82	222,33	257,07	31
Каша гречневая (гарнир)	100	100	4,32	4,32	2,73	2,73	31,22	31,22	100,98	100,98	32
Свежие огурцы	40	50	0,8	1	0	0	2	2,5	8,4	10,5	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	38	47	2,51	3,1	0,42	0,52	15,58	19,27	76	94	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	597	676	24,67	26,87	27,07	29,71	81,68	89,55	632,69	701,64	
Полдник											
Кефир	143	143	4,29	4,29	3,58	3,58	5,72	5,72	75,79	75,79	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за полдник	163	168	5,79	6,17	4,18	4,32	16,32	18,97	129,79	143,29	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	202	202	7,51	7,51	8,67	8,67	38,06	38,06	200,75	200,75	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	372	427	9,01	9,39	9,27	9,42	54,64	59,29	278,75	300,25	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1656	1873	67,26	72,89	61,01	68,1	204,51	238,01	1599,1	1807,8	

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