

Меню на 24.07.2025

Заведующий _____ (Кармыкова О.П.)



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											
Вармишель молочная	196	196	6,86	6,86	6,62	6,62	23,7	23,7	182,28	182,28	
Какао с молоком	150	198	4,11	5,43	3,57	4,71	8,71	11,5	97,9	129,23	78
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58
Итого за завтрак 1	371	436	12,53	14,91	13,79	17,39	43,51	53,84	364,01	452,35	
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	198	198	6,34	6,34	4,55	4,55	10,71	10,71	122,01	122,01	7
Каша рисовая с мясом	143	140	12,11	11,86	3,58	3,5	21,74	21,28	166,38	162,89	21
Салат из огурцов с растительным маслом	49	49	0,42	0,42	3,48	3,48	1,28	1,28	37,88	37,88	100
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	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	580	636	21,53	21,92	12,03	12,05	55,97	61,43	444,6	473,21	
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											
Рыба, тушенная в томате с овощами	0	91	0	8,62	0	4,52	0	4,01	0	91,04	28
Тефтели из рыбы	74	0	8,61	0	3,3	0	11,11	0	119,65	0	30
Пюре картофельное	120	150	4,07	5,09	3,98	4,98	13,9	17,37	101,23	126,54	56
Салат из свеклы с маслом растительным	50	50	0,65	0,65	2,23	2,23	1,28	1,28	38,01	38,01	105
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	414	516	14,84	16,23	10,12	12,49	42,87	43,89	336,89	355,09	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1628	1856	54,94	59,48	40,29	46,42	170,08	189,54	1327,3	1475,9	

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