

Меню на 25.07.2025

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Калмыкова О.П.)

25.07.2025

«Золотая рыбка»

г. Белгород

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 молочная пшеничная	192	192	7,35	7,35	5,43	5,43	11,04	11,04	174,24	174,24	40
Кофейный напиток с молоком	144	190	4,32	5,7	3,69	4,86	12,36	16,3	99,42	131,18	81
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	361	424	13,23	15,67	12,72	16,35	34,49	45,98	357,49	446,25	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок фруктовый	0	111	0	0	0	0	0	11,1	0	49,95	74
Сок для детского питания	91	0	0,27	0	0	0	3,88	0	41,86	0	75
Итого за завтрак 2	191	211	0,53	0,26	0,17	0,17	15,29	22,51	93,86	101,95	
Обед											
Суп с гренками на кур.б.	0	198	0	2,32	0	0,38	0	8,32	0	239,58	12
Суп вермешелевый на кур. бульоне.	198	0	3,45	0	4,89	0	14,37	0	226,49	0	9
Курица отварная	47	47	12,83	12,83	3,15	3,15	0	0	83,19	83,19	23
Пюре картофельное	120	149	4,07	5,05	3,98	4,95	13,9	17,25	101,23	125,7	56
Свежие огурцы	15	19	0,3	0,38	0	0	0,75	0,95	3,15	3,99	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	37	46	2,44	3,04	0,41	0,51	15,17	18,86	74	92	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Гренки из булки	0	20	0	1,5	0	0,5	0	10,4	0	52	65
Итого за обед	570	682	23,24	25,31	12,43	9,48	50,85	64,66	530,39	652,9	
Полдник											
Молоко кипяченое	144	144	4,03	4,03	4,59	4,59	6,75	6,75	84,46	84,46	66
Печенье	20	20	1,4	1,4	2	2	14,6	14,6	82	82	
Итого за полдник	164	164	5,43	5,43	6,59	6,59	21,35	21,35	166,46	166,46	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные	119	118	15,59	15,46	12,38	12,27	21,78	21,59	264,17	261,95	87
Соус сметанный сладкий	50	49	1,7	1,66	4,28	4,19	6,59	6,45	72,58	71,13	109
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	339	392	18,78	18,99	17,26	17,22	44,95	49,28	414,75	432,58	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за ужин 2	1625	1873	61,22	65,68	49,17	49,8	166,93	203,78	1563	1800,1	