УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____(Калмыкова О.П.)
27.08.2024

Меню на 27.08.2024

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 геркулесовая молочная	202	202	7,51	7,51	8,67	8,67	38,06	38,06	200,75	200,75	39
Какао с молоком	156	204	4,27	5,59	3,71	4,86	9,06	11,85	101,82	133,15	78
Бутерброд с маслом и сыром	40	52	7,42	9,64	13,18	17,14	27,45	35,69	258,93	336,62	55
Итого за завтрак 1	398	458	19,21	22,74	25,56	30,66	74,57	85,6	561,5	670,52	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Напиток витаминизированый	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											
Борщ на мясном бульоне	196	196	6,27	6,27	4,51	4,51	10,6	10,6	120,78	120,78	7
Жаркое по-домашнему	144	152	14,72	15,53	12,58	13,28	13,41	14,15	227,81	240,46	14
Салат из капусты белокочанной	50	50	0,7	0,7	5,03	5,03	2,84	2,84	59,26	59,26	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	42	51	2,77	3,37	0,46	0,56	17,22	20,91	84	102	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	585	654	24,61	26,07	22,58	23,38	50,73	57,39	534,17	578,94	
Полдник											
Кефир	126	126	3,78	3,78	3,15	3,15	5,04	5,04	66,78	66,78	85
Булочка домашняя	100	100	7,64	7,64	9,88	9,88	46,66	46,66	307,28	307,28	60
Итого за полдник	226	226	11,42	11,42	13,03	13,03	51,7	51,7	374,06	374,06	
Ужин 1											
Суфле из рыбы	105	106	19,55	19,74	10,5	10,6	9,86	9,95	210,9	212,91	29
Салат из свеклы с маслом растительным	100	100	1,31	1,31	4,47	4,47	2,56	2,56	76,02	76,02	105
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за ужин 1	380	431	22,74	22,92	15,72	15,82	31,65	33,74	378,42	388,43	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1689	1969	78,23	83,42	77,06	83,06	220,07	247,84	1900,2	2104	

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