

Меню на 29.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц, ккал		№ рецептуры
	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	Если	Сад	
Завтрак 1											
Макаронны, запеч, ные с сыром	94	91	5,26	5,1	5,59	5,41	19,58	18,96	150,68	145,87	35
Какао с молоком	155	204	4,25	5,59	3,69	4,86	9,01	11,85	101,17	133,15	78
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	274	537	11,07	13,31	12,88	16,32	39,69	57,43	335,68	451,86	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Напиток витаминизированный	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											
Суп полевой на мясном бульоне	200	200	14,3	14,3	4,4	4,4	17,5	17,5	176,48	176,48	10
Голубцы ленивые с мясом	147	157	10,69	11,41	9,11	9,73	14,89	15,91	281,92	301,1	16
Свежие огурцы	32	39	0,64	0,78	0	0	1,6	1,95	6,72	8,19	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	39	49	2,57	3,23	0,43	0,54	15,99	20,09	78	98	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	571	648	28,35	29,93	13,94	14,67	56,64	64,33	585,45	640,21	
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
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	163	368	5,79	6,17	4,18	4,32	16,32	26,95	129,79	175,29	
Ужин 1											
Рыба, тушенная в томате с овощами	0	97	0	9,19	0	4,82	0	4,28	0	97,04	28
Тефтели из рыбы	78	0	9,08	0	3,48	0	11,71	0	126,12	0	30
Пюре картофельное	124	155	4,2	5,25	4,12	5,15	14,36	17,95	104,61	130,76	56
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	477	14,78	16,32	8,2	10,72	42,65	43,46	308,72	327,3	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1480	2230	60,25	65,97	39,37	46,2	166,71	211,57	1411,6	1686,7	

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