

Меню на 26.09.2024

Заведующий \_\_\_\_\_ (Калмыкова 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											
Макароны, запеч, ные с сыром	114	100	6,38	5,6	6,78	5,95	23,75	20,83	182,74	160,3	35
Какао с молоком	150	200	4,11	5,48	3,57	4,76	8,71	11,62	97,9	130,54	78
Бутерброд с маслом	41	42	2,56	2,62	5,9	6,05	18,19	18,64	137,48	140,84	58
<b>Итого за завтрак 1</b>	305	342	13,06	13,7	16,26	16,76	50,65	51,09	418,13	431,68	
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
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
<b>Итого за завтрак 2</b>	200	200	0,56	0,26	0,17	0,17	15,67	19,41	98	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	153	154	11,12	11,2	9,49	9,55	15,5	15,6	293,42	295,34	16
Свежие огурцы	53	50	1,06	1	0	0	2,65	2,5	11,13	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	40	51	2,64	3,37	0,44	0,56	16,4	20,91	80	102	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за обед</b>	599	660	29,27	30,06	14,33	14,51	58,71	65,39	603,36	640,76	
Полдник											
Кефир	154	162	4,62	4,86	3,85	4,05	6,16	6,48	81,62	85,86	85
Пирожок с повидлом	80	78	4,74	4,62	7,58	7,39	37,66	36,71	238,38	232,42	61
<b>Итого за полдник</b>	234	240	9,36	9,48	11,43	11,44	43,82	43,19	320	318,28	
Ужин 1											
Рыба, тушенная в томате с овощами	0	103	0	9,75	0	5,12	0	4,54	0	103,04	28
Тефтели из рыбы	84	0	9,78	0	3,75	0	12,61	0	135,82	0	30
Пюре картофельное	120	150	4,07	5,09	3,98	4,98	13,9	17,37	101,23	126,54	56
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	20	50	1,5	3,75	0,6	1,5	10,6	26,5	54	135	51
<b>Итого за ужин 1</b>	374	503	15,35	18,59	8,33	11,6	43,09	56,39	315,05	396,58	
Рекомендованный ужин 2											
<b>Итого за рекомендованный ужин 2</b>	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого день</b>	1712	1945	67,59	72,09	50,51	54,47	211,94	235,48	1754,6	1879,3	

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

*А.И.*