

Меню на 09.07.2024

Заведующий _____

УТВЕРЖДАЮ
 _____ (Капмыкова 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											
Каша манная молочная	200	200	7,58	7,58	9,18	9,18	38,52	38,52	214,78	214,78	34
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 и сыром	40	52	3,86	5,01	6,86	8,91	14,28	18,56	134,65	175,04	55
Итого за завтрак 1	390	452	15,55	18,07	19,61	22,85	61,52	68,7	447,33	520,36	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	0	115	0	0	0	0	0	0	11,5	0	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
Итого за завтрак 2	100	115	0,3	0	0	0	4,26	11,5	46	51,75	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	202	202	12,28	12,28	8,38	8,38	27,03	27,03	233,61	233,61	11
Запеканка картофельная с отварным мясом	155	156	13,16	13,24	12,94	13,03	11,28	11,36	235,48	237	95
Соус сметанный	54	54	1,68	1,68	4,75	4,75	3,57	3,57	63,91	63,91	107
Салат из капусты белокачанной	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	38	48	2,51	3,17	0,42	0,53	15,58	19,68	76	96	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	652	715	30,48	31,27	31,52	31,71	66,96	73,35	710,59	746,22	
Полдник											
Бифидум-кефир 2.5%	165	165	4,95	4,95	4,13	4,13	6,44	6,44	87,45	87,45	84
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за полдник	190	190	6,82	6,82	4,88	4,88	19,69	19,69	154,95	154,95	
Ужин 1											
Котлеты рыбные паровые	142	141	36	35,74	1,26	1,25	9,19	9,12	178,78	177,52	
Капуста тушеная	100	100	2,09	2,09	4,41	4,41	4,59	4,59	78,65	78,65	44
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	417	466	39,96	39,71	6,42	6,41	33,01	34,94	348,93	355,67	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1749	1938	93,12	95,88	62,43	65,86	185,43	208,18	1707,8	1829	

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