

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий 8777 (Калмыкова О.П.)
 28.06.2024

Меню на 28.06.2024

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 молочная пшеничная	204	202	3,91	3,87	2,89	2,86	5,87	5,81	92,57	91,66	40
Кофейный напиток с молоком	155	204	4,65	6,12	3,97	5,22	13,3	17,5	107,01	140,84	81
Бутерброд с маслом	28	40	1,75	2,5	4,03	5,76	12,43	17,75	93,89	134,13	58
Итого за завтрак 1	387	446	10,3	12,48	10,89	13,84	31,59	41,06	293,47	366,63	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	0	125	0	0	0	0	0	12,5	0	56,25	74
Сок для детского питания	91	0	0,27	0	0	0	3,88	0	41,86	0	75
Итого за завтрак 2	91	125	0,27	0	0	0	3,88	12,5	41,86	56,25	
Обед											
Суп с гречками на кур.б.	0	200	0	2,34	0	0,38	0	8,4	0	242	12
Суп вермешелевый на кур. бульоне.	200	0	3,48	0	4,94	0	14,52	0	228,78	0	9
Курица отварная	48	48	13,1	13,1	3,21	3,22	0	0	84,95	84,96	23
Пюре картофельное	120	150	4,07	5,09	3,98	4,98	13,9	17,37	101,23	126,54	56
Салат из капусты белокочанной	50	102	0,7	1,43	5,03	10,26	2,84	5,79	59,26	120,89	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	42	53	2,77	3,5	0,46	0,58	17,22	21,73	84	106	50
Соль	2	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Гренки из булки	0	19	0	1,43	0	0,48	0	9,88	0	49,4	65
Итого за обед	612	777	24,27	27,08	17,63	19,9	55,14	72,05	600,56	786,23	
Полдник											
Кефир	138	138	4,14	4,14	3,45	3,45	5,52	5,52	73,14	73,14	85
Печенье	20	40	1,4	2,8	2	4	14,6	29,2	82	164	66
Итого за полдник	158	178	5,54	6,94	5,45	7,45	20,12	34,72	155,14	237,14	
Ужин 1											
Вареники ленивые отварные	125	125	16,38	16,38	13	13	22,87	22,87	277,49	277,49	87
Соус сметанный сладкий	49	48	1,66	1,63	4,19	4,11	6,45	6,32	71,13	69,68	109
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	24	34	1,8	2,55	0,72	1,02	12,72	18,02	64,8	91,8	51
Итого за ужин 1	348	407	19,84	20,55	17,91	18,13	48,03	55,2	437,42	470,97	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1596	1933	60,23	67,06	51,88	59,31	158,76	215,53	1528,4	1917,2	

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