

Меню на 06.03.2025

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Калмыкова О.П.)
06.03.2025

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	198	196	7,5	7,43	9,09	9	38,13	37,75	212,63	210,48	34
Какао с молоком	150	198	4,11	5,43	3,57	4,71	8,71	11,5	97,9	129,23	78
Бутерброд с маслом	25	42	1,56	2,62	3,6	6,05	11,1	18,64	83,83	140,84	58
Каша геркулесовая-Д	0	93	0	2,38	0	2,53	0	16,28	0	75,52	41
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	373	729	13,17	17,86	16,26	22,29	57,95	92,15	394,37	588,07	
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	198	198	14,16	14,16	4,36	4,36	17,33	17,33	174,72	174,72	10
Голубцы ленивые с мясом	144	175	10,47	12,73	8,93	10,85	14,58	17,72	276,16	335,61	16
Огурец соленый	28	36	0,22	0,29	0,03	0,04	0,9	1,15	2,8	3,6	104
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	34	42	2,24	2,77	0,37	0,46	13,94	17,22	68	84	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	557	656	27,25	30,14	13,69	15,7	53,4	62,3	564,01	654,37	
Полдник											
Кефир	149	149	4,47	4,47	3,73	3,73	5,96	5,96	78,97	78,97	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	169	374	5,97	6,35	4,33	4,47	16,56	27,19	132,97	178,47	
Ужин 1											
Сельдь	62	61	10,29	10,13	10,66	10,49	0	0	137,02	134,81	49
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	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за ужин 1	352	436	15,86	17,09	15,25	16,22	30,48	38,6	316,25	360,85	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1551	2395	62,51	71,69	49,69	58,86	169,81	239,65	1459,6	1873,8	

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