

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Калмыкова О. П.)

Меню на 12.08.2024



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц.	ккал	№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			
Завтрак 1											
Каша рисовая с сахаром	120	120	2	2	2,89	2,89	22,22	22,22	122,34	122,34	42
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Печенье	20	39	1,4	2,73	2	3,9	14,6	28,47	82	159,9	66
Итого за завтрак 1	290	359	3,4	4,73	4,89	6,79	42,81	58,67	228,34	314,24	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Итого за завтрак 2	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	
Обед											
Суп гороховый вегетарианский	200	200	8,74	8,74	2,64	2,64	35,04	35,04	148,2	148,2	3
Суфле из печени	116	118	12,21	12,43	9,69	9,85	8,4	8,54	176,76	179,81	24
Макаронные отварные со сливочным маслом	100	100	3,91	3,91	5,41	5,41	20,86	20,86	152,98	152,98	37
Салат из капусты белокочанной	50	50	0,7	0,7	5,03	5,03	2,84	2,84	59,26	59,26	45
Кисель из сока натурального	149	198	0	0	0	0	23,84	31,68	65,86	87,52	113
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	656	719	28,07	28,94	23,18	23,46	106,56	118,65	679,06	723,77	
Полдник											
Бифидум-кефир 2.5%	162	161	4,86	4,83	4,05	4,03	6,32	6,28	85,86	85,33	84
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за полдник	187	186	6,74	6,71	4,8	4,78	19,57	19,53	153,36	152,83	
Ужин 1											
Омлет натуральный	143	143	11,33	11,33	11,63	11,63	12,8	12,8	203,37	203,37	88
Икра свекольноморковная	100	100	1,25	1,25	4,49	4,49	14,16	14,16	76,62	76,62	101
Кофейный напиток	150	200	1,5	2	0,6	0,8	16,47	21,96	79,5	106	79
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за ужин 1	418	468	15,95	16,45	17,47	17,67	56,68	62,17	426,99	453,49	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1651	1832	54,42	57,09	50,51	52,86	237,03	270,43	1539,8	1696,3	

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

Handwritten signature