

Заведующий _____ (Калмыкова О.П.)

Меню на 13.08.2024

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 геркулесовая молочная	204	200	7,59	7,44	8,75	8,58	38,43	37,68	202,74	198,76	39
Какао с молоком	152	204	4,16	5,59	3,62	4,86	8,83	11,85	99,21	133,15	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	396	456	15,61	18,04	19,23	22,35	61,54	68,09	436,6	506,95	
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											
Борщ на мясном бульоне	198	198	6,34	6,34	4,55	4,55	10,71	10,71	122,01	122,01	7
Жаркое по-домашнему	144	154	14,72	15,74	12,59	13,46	13,41	14,34	227,81	243,63	14
Салат из капусты белокочанной	49	50	0,69	0,7	4,93	5,03	2,78	2,84	58,07	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	37	46	2,44	3,04	0,41	0,51	15,17	18,86	74	92	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	581	653	24,33	26,01	22,48	23,55	48,73	55,63	524,22	573,34	
Полдник											
Бифидум-кефир 2.5%	156	156	4,68	4,68	3,9	3,9	6,08	6,08	82,68	82,68	84
Булочка домашняя	100	100	7,64	7,64	9,88	9,88	46,66	46,66	307,28	307,28	60
Итого за полдник	256	256	12,32	12,32	13,78	13,78	52,74	52,74	389,96	389,96	
Ужин 1											
Суфле из рыбы	122	122	22,72	22,72	12,2	12,2	11,46	11,46	245,05	245,05	29
Салат из свеклы с маслом растительным	100	100	1,31	1,31	4,47	4,47	2,56	2,56	76,02	76,02	105
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	397	447	25,9	25,9	17,42	17,42	33,25	35,25	412,57	420,57	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1730	2012	78,43	82,53	73,08	77,27	207,68	231,12	1815,4	1982,8	

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