



Заведующий (Калмыкова О.П.)

Меню на 15.08.2024

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											
Макаронь, запеч, ные с сыром	102	97	5,71	5,43	6,07	5,77	21,25	20,21	163,51	155,49	35
Какао с молоком	144	192	3,95	5,26	3,43	4,57	8,37	11,16	93,99	125,32	78
Бутерброд с маслом	28	41	1,75	2,56	4,03	5,9	12,42	18,2	93,89	137,49	58
Итого за завтрак 1	274	330	11,4	13,25	13,53	16,25	42,04	49,56	351,39	418,29	
Завтрак 2											
Яблоко	100	99	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,3	52	51,48	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	100	199	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	19,3	52	91,48	
Обед											
Суп полевой на мясном бульоне	200	200	14,3	14,3	4,4	4,4	17,5	17,5	166,48	166,48	10
Тeftели мясо-крупяные	152	153	19,21	19,34	14,43	14,52	9,84	9,9	256,42	258,11	22
Салат из капусты белокочанной	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	35	43	2,31	2,84	0,39	0,47	14,35	17,63	70	86	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	590	651	36,67	37,38	24,24	24,43	51,19	56,75	594,49	626,29	
Полдник											
Кефир	146	146	4,38	4,38	3,65	3,65	5,84	5,84	77,38	77,38	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за полдник	171	171	6,26	6,26	4,4	4,4	19,09	19,09	144,88	144,88	
Ужин 1											
Котлеты рыбные паровые	127	127	32,19	32,19	1,13	1,13	8,22	8,22	159,89	159,89	
Пюре картофельное	120	149	4,07	5,05	3,98	4,95	13,9	17,25	101,23	125,7	56
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	422	501	38,14	39,12	5,86	6,83	41,35	46,7	352,63	385,09	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1557	1852	92,73	96,26	48,21	52,07	165,07	191,4	1495,4	1666	

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