



Заведующий \_\_\_\_\_ (Калмыкова О.П.)

Меню на 16.10.2024

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										
Запеканка творожная	109	108	18,44	18,27	10,94	10,84	9	8,92	217,67	215,68	89
Кофейный напиток с молоком	155	202	4,65	6,06	3,97	5,17	13,3	17,33	107,01	139,46	81
Соус сметанный сладкий	43	43	1,46	1,46	3,68	3,68	5,66	5,66	62,42	62,42	109
Булерброд с маслом и сыром	40	52	3,86	5,01	6,86	8,91	14,28	18,56	134,65	175,04	55
<b>Итого за завтрак 1</b>	347	405	28,41	30,8	25,45	28,6	42,24	50,47	521,75	592,6	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок фруктовый	0	104	0	0	0	0	0	10,4	0	46,8	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
<b>Итого за завтрак 2</b>	200	204	0,56	0,26	0,17	0,17	15,67	21,81	98	98,8	
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	105	105	11,06	11,06	8,77	8,77	7,6	7,6	160	160	24
Каша гречневая (гарнир)	100	96	4,32	4,14	2,73	2,62	31,22	29,97	100,98	96,94	32
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	50	60	0,49	0,59	3,57	4,28	1,9	2,28	47,15	56,58	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	33	41	2,18	2,71	0,36	0,45	13,53	16,81	66	82	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за обед</b>	641	707	26,93	27,44	18,07	18,76	95,95	100,58	564,66	600,16	
Полдник											
Кефир	143	143	4,29	4,29	3,58	3,58	5,72	5,72	75,79	75,79	85
Пирожок с повидлом	105	106	6,22	6,28	9,94	10,04	49,42	49,89	312,88	315,86	61
<b>Итого за полдник</b>	248	249	10,51	10,57	13,52	13,61	55,14	55,61	388,67	391,65	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	202	202	15,03	15,03	17,33	17,33	76,11	76,11	401,5	401,5	39
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
<b>Итого за ужин 1</b>	377	427	16,9	16,9	18,08	18,08	95,35	97,34	493	501	
Рекомендованный ужин 2											
<b>Итого за рекомендованный ужин 2</b>	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого день</b>	1813	1992	83,31	85,97	75,29	79,23	304,35	325,82	2066,1	2184,2	

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