



Заведующий: Калмыкова О.П.  
17.09.2024

Меню на 17.09.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша манная молочная	198	196	7,5	7,43	9,09	9	38,13	37,75	212,63	210,48	34
Какао с молоком	147	198	4,03	5,43	3,5	4,71	8,54	11,5	95,95	129,23	78
Бутерброд с маслом и сыром	38	49	3,67	4,72	6,52	8,4	13,57	17,49	127,92	164,94	55
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>383</b>	<b>443</b>	<b>15,2</b>	<b>17,58</b>	<b>19,1</b>	<b>22,11</b>	<b>60,24</b>	<b>66,74</b>	<b>436,5</b>	<b>504,66</b>	
<b>Завтрак 2</b>											
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
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>0,26</b>	<b>0,26</b>	<b>0,17</b>	<b>0,17</b>	<b>11,41</b>	<b>19,41</b>	<b>52</b>	<b>92</b>	
<b>Обед</b>											
Суп свекольный на мясном бульоне	200	200	12,16	12,16	8,3	8,3	26,76	26,76	231,3	231,3	11
Запеканка картофельная с отварным мясом	152	150	12,9	12,73	12,69	12,53	11,07	10,92	230,92	227,88	95
Соус сметанный	45	44	1,4	1,37	3,96	3,87	2,97	2,91	53,26	52,08	107
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	51	60	0,5	0,59	3,64	4,28	1,94	2,28	48,09	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	42	52	2,77	3,43	0,46	0,57	17,22	21,32	84	104	50
Соль	3	4	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за обед</b>	<b>643</b>	<b>710</b>	<b>29,89</b>	<b>30,49</b>	<b>29,05</b>	<b>29,54</b>	<b>66,62</b>	<b>73,07</b>	<b>689,9</b>	<b>728,28</b>	
<b>Полдник</b>											
Кефир	143	143	4,29	4,29	3,58	3,58	5,72	5,72	75,79	75,79	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
<b>Итого за полдник</b>	<b>168</b>	<b>168</b>	<b>6,17</b>	<b>6,17</b>	<b>4,32</b>	<b>4,32</b>	<b>18,97</b>	<b>18,97</b>	<b>143,29</b>	<b>143,29</b>	
<b>Ужин 1</b>											
Котлеты рыбные паровые	117	117	29,66	29,66	1,04	1,04	7,57	7,57	147,3	147,3	
Капуста тушеная	110	110	2,3	2,3	4,85	4,85	5,05	5,05	86,52	86,52	44
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>	<b>402</b>	<b>452</b>	<b>33,83</b>	<b>33,83</b>	<b>6,64</b>	<b>6,64</b>	<b>31,85</b>	<b>33,85</b>	<b>325,32</b>	<b>333,32</b>	
<b>Рекомендованный ужин 2</b>											
<b>Итого за рекомендованный ужин 2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>Итого день</b>	<b>1696</b>	<b>1973</b>	<b>85,35</b>	<b>88,32</b>	<b>59,29</b>	<b>62,79</b>	<b>189,09</b>	<b>212,04</b>	<b>1647</b>	<b>1801,6</b>	

Исполнитель: Ст. медсестра Полухина И.В.