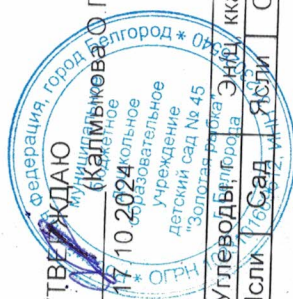


Меню на 17.10.2024

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



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	ккал	Сад	
<b>Завтрак 1</b>											
Макаронны, запеч, ные с сыром	100	100	5,6	5,6	5,95	5,95	20,83	20,83	160,3	160,3	35
Какао с молоком	150	200	4,11	5,48	3,57	4,76	8,71	11,62	97,9	130,54	78
Бутерброд с маслом	30	42	1,87	2,62	4,32	6,05	13,31	18,64	100,6	140,84	58
<b>Итого за завтрак 1</b>	280	342	11,58	13,7	13,84	16,76	42,86	51,09	358,8	431,68	
<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>	100	200	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	19,41	52	92	
<b>Обед</b>											
Борщ на мясном бульоне	200	200	6,4	6,4	4,6	4,6	10,82	10,82	123,24	123,24	7
Тефтели мясо-крупяные	150	150	12,64	12,64	9,49	9,49	6,47	6,47	168,7	168,7	22
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	65	78	0,64	0,76	4,63	5,56	2,47	2,96	61,3	73,55	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	37	47	2,44	3,1	0,41	0,52	15,17	19,27	74	94	50
Соль	2	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за обед</b>	604	680	22,27	23,11	19,13	20,17	41,59	48,4	469,56	515,93	
<b>Полдник</b>											
Кефир	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	79,5	79,5	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>	175	175	6,38	6,38	4,5	4,5	19,25	19,25	147	147	
<b>Ужин 1</b>											
Рыба, тушенная в томате с овощами	0	100	0	9,47	0	4,97	0	4,41	0	100,04	28
Котлеты рыбные паровые	80	0	20,28	0	0,71	0	5,18	0	100,72	0	
Пюре картофельное	121	152	4,11	5,16	4,02	5,05	14,01	17,6	102,08	128,23	56
Салат из свеклы с маслом растительным	50	50	0,65	0,65	2,23	2,23	1,28	1,28	38,01	38,01	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
<b>Итого за ужин 1</b>	426	527	26,92	17,16	7,71	13	39,7	44,52	332,31	365,78	
<b>Рекомендованный ужин 2</b>											
<b>Итого за рекомендованный ужин 2</b>	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого день</b>	1585	1924	67,4	60,6	45,36	54,6	154,81	182,68	1359,7	1552,4	

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