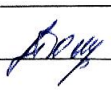


Заведующий  (Калмыкова О.П.)

Меню на 23.06.2025

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 рисовая с сахаром	120	120	2	2	2,89	2,89	22,22	22,22	122,34	122,34	42
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Вафли	0	35	0	1,75	0	10,85	0	21	0	189	68
Печенье	20	0	1,4	0	2	0	14,6	0	82	0	66
Итого за завтрак 1	290	355	3,4	3,75	4,89	13,74	42,81	51,2	228,34	343,34	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Итого за завтрак 2	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	
Обед											
Суп гороховый вегетарианский	200	200	8,74	8,74	2,64	2,64	35,04	35,04	148,2	148,2	3
Печень по-строгановски	70	70	10,08	10,08	4,05	4,05	2,48	2,48	85,06	85,06	25
Каша пш.нная рассыпчатая	149	147	6,53	6,44	6,38	6,29	38,88	38,36	239,52	236,31	53
Кисель из сока натурального	150	200	0	0	0	0	24	32	66,3	88,4	113
Хлеб ржаной	37	46	2,44	3,04	0,41	0,51	15,17	18,86	74	92	50
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	609	666	27,79	28,29	13,47	13,48	115,57	126,74	613,08	649,96	
Полдник											
Кефир	153	153	4,59	4,59	3,83	3,83	6,12	6,12	81,09	81,09	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Чай с сахаром	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	173	378	6,09	6,47	4,43	4,58	16,72	27,35	135,09	180,59	
Ужин 1											
Омлет натуральный	130	127	10,3	10,06	10,57	10,33	11,64	11,37	184,89	180,62	88
Икра свекольноморковная	101	121	1,26	1,51	4,53	5,43	14,3	17,13	77,39	92,71	101
Кофейный напиток	150	200	1,5	2	0,6	0,8	16,47	21,96	79,5	106	79
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за ужин 1	401	473	14,56	15,45	16,3	17,31	53,01	63,71	395,78	446,83	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1573	1972	52,1	54,22	39,26	49,28	239,52	280,42	1424,3	1672,7	

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