

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Калмыкова О.П.)
25.06.2025

Меню на 25.06.2025

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											
Запеканка творожная	131	131	22,16	22,16	13,14	13,14	10,82	10,82	261,61	261,61	89
Соус сметанный сладкий	49	47	1,66	1,59	4,19	4,02	6,45	6,19	71,13	68,23	109
Кофейный напиток с молоком	149	196	4,47	5,88	3,81	5,02	12,78	16,82	102,87	135,32	81
Бутерброд с маслом и сыром	32	52	3,08	5,01	5,48	8,91	11,42	18,56	107,72	175,04	55
Чай с сахаром-Д	0	196	0	0	0	0	0	7,82	0	31,36	80
Итого за завтрак 1	361	622	31,37	34,65	26,63	31,1	41,48	60,2	543,32	671,55	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	11,41	52	52	70
Сок фруктовый	0	93	0	0	0	0	0	9,3	0	41,85	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
Итого за завтрак 2	200	193	0,56	0,26	0,17	0,17	15,67	20,71	98	93,85	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	204	204	12,4	12,4	8,47	8,47	27,3	27,3	235,93	235,93	11
Котлета мясная паровая	81	91	10,95	12,3	20,58	23,12	11,84	13,3	281,41	316,15	31
Пюре картофельное	119	150	4,03	5,09	3,95	4,98	13,78	17,37	100,39	126,54	56
Салат из помидоров и огурцов с репчатым луком и растительным маслом	50	50	0,49	0,49	3,57	3,57	1,9	1,9	47,15	47,15	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
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	644	744	30,47	33,52	36,97	40,64	76,65	87,61	781,2	874,21	
Полдник											
Кефир	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	79,5	79,5	85
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Чай с сахаром-Д	0	202	0	0	0	0	0	8,06	0	32,32	80
Итого за полдник	170	377	6	6,38	4,35	4,5	16,6	27,31	133,5	179,32	
Ужин 1											
Каша пшенная молочная жидкая	198	196	6,69	6,62	10,32	10,21	25,6	25,34	222,69	220,44	48
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	20	25	1,5	1,88	0,6	0,75	10,6	13,25	54	67,5	51
Итого за ужин 1	368	421	8,19	8,5	10,92	10,96	42,19	46,57	300,69	319,94	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1743	2357	76,59	83,3	79,04	87,37	192,58	242,41	1856,7	2138,9	