

Меню на 26.11.2024

Заведующий _____
 (Капмыкова О. П.)
 26.11.2024



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	№ рецептуры	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			
Завтрак 1											
Каша манная молочная	200	198	7,58	7,5	9,18	9,09	38,52	38,13	214,78	212,63	34
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 и сыром	40	51	3,86	4,92	6,86	8,74	14,28	18,2	134,65	171,68	55
Каша гречневая вязкая-Д	0	120	0	4,12	0	4,02	0	19,22	0	130,64	65
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за завтрак 1	390	769	15,55	22,02	19,61	26,61	61,52	95,16	447,33	677,49	
Завтрак 2											
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
Итого за завтрак 2	100	200	0,26	0,26	0,17	0,17	11,41	19,41	52	92	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	198	198	12,04	12,04	8,22	8,22	26,49	26,49	228,99	228,99	11
Запеканка картофельная с отварным мясом	116	146	9,85	12,4	9,69	12,2	8,44	10,63	176,23	221,8	95
Соус сметанный	46	46	1,43	1,43	4,04	4,04	3,04	3,04	54,45	54,45	107
Салат из капусты белокачанной	50	60	0,7	0,84	5,03	6,04	2,84	3,41	59,26	71,11	45
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	4	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	600	700	26,61	29,95	27,39	31	62,65	71,31	635,25	724,79	
Полдник											
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
Чай с сахаром-Д	0	200	0	0	0	0	0	7,98	0	32	80
Итого за полдник	175	375	6,38	6,38	4,5	4,5	19,25	27,23	147	179	
Ужин 1											
Котлеты рыбные паровые	95	95	24,08	24,08	0,85	0,85	6,15	6,15	119,61	119,61	
Капуста тушеная	100	120	2,09	2,51	4,41	5,29	4,59	5,51	78,65	94,38	44
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	40	1,88	3	0,75	1,2	13,25	21,2	67,5	108	51
Итого за ужин 1	370	455	28,05	29,59	6,01	7,34	29,97	40,83	289,76	353,99	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого День	1635	2499	76,85	88,19	57,68	69,62	184,8	253,95	1571,3	2027,3	

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