

Заведующий **А.А. ЖДАЮ** (Калмыкова О.П.)
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
 УЧРЕЖДЕНИЕ
 «Центр развития ребенка
 «Солнышко» г. Астрахань»
 Росстат
 Код * 042

Меню на 31.07.2024

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	113	113	19,12	19,12	11,34	11,34	9,33	9,33	225,66	225,66	89
Соус сметанный сладкий	48	48	1,63	1,63	4,11	4,11	6,32	6,32	69,68	69,68	109
Кофейный напиток с молоком	153	202	6,12	6,06	5,22	5,17	17,5	17,33	140,84	139,46	81
Бутерброд с маслом и сыром	41	52	3,96	5,01	7,03	8,91	14,64	18,56	138,02	175,04	55
Итого за завтрак 1	355	415	30,82	31,82	27,7	29,53	47,79	51,54	574,2	609,84	
Завтрак 2											
Яблоко	99	98	0,26	0,25	0,17	0,17	11,3	11,18	51,48	50,96	70
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	8	0	40	115
Итого за завтрак 2	99	198	0,26	0,25	0,17	0,17	11,3	19,18	51,48	90,96	
Обед											
Суп свекольный на мясном бульоне	202	202	12,28	12,28	8,38	8,38	27,03	27,03	233,61	233,61	11
Котлета мясная паровая	62	74	8,39	10,01	15,76	18,81	9,06	10,81	215,4	257,09	31
Пюре картофельное	120	150	4,07	5,09	3,98	4,98	13,9	17,37	101,23	126,54	56
Свежие огурцы	30	50	0,6	1	0	0	1,5	2,5	6,3	10,5	95
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	34	43	2,24	2,84	0,37	0,47	13,94	17,63	68	86	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за обед	601	724	27,73	31,42	28,5	32,64	72,08	84,22	666,87	770,18	
Полдник											
Кефир	138	138	4,14	4,14	3,45	3,45	5,52	5,52	73,14	73,14	85
Булка	25	25	1,88	1,88	0,75	0,75	13,25	13,25	67,5	67,5	51
Итого за полдник	163	163	6,02	6,02	4,2	4,2	18,77	18,77	140,64	140,64	
Ужин 1											
Каша пшеничная молочная жидкая	202	202	6,83	6,83	10,52	10,52	26,12	26,12	227,19	227,19	48
Чай с сахаром	150	200	0	0	0	0	5,99	7,98	24	32	80
Булка	25	30	1,88	2,25	0,75	0,9	13,25	15,9	67,5	81	51
Итого за ужин 1	377	432	8,7	9,08	11,27	11,42	45,35	50	318,69	340,19	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1595	1932	73,53	78,58	71,84	77,96	195,3	223,72	1751,9	1951,8	

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