

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

Меню на 02.07.2024



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц.	ккал	№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			
<b>Завтрак 1</b>											
Каша геркулесовая молочная	194	192	7,22	7,14	8,32	8,24	36,55	36,17	192,8	190,81	39
Какао с молоком	144	194	3,95	5,32	3,43	4,62	8,37	11,27	93,99	126,62	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>	368	428	13,03	15,08	16,07	18,9	58,23	66,08	387,38	458,27	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок фруктовый	0	91	0	0	0	0	0	0	9,1	0	74
Сок для детского питания	100	0	0,3	0	0	0	4,26	0	46	0	75
<b>Итого за завтрак 2</b>	100	91	0,3	0	0	0	4,26	9,1	46	40,95	
<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
Жаркое по-домашнему	150	158	15,33	16,15	13,11	13,81	13,97	14,71	237,3	249,96	14
Салат из капусты белокачанной	50	99	0,7	1,39	5,03	9,96	2,84	5,62	59,26	117,33	45
Компот из сухофруктов	150	200	0,15	0,2	0	0	6,66	8,88	42,33	56,44	72
Хлеб ржаной	44	55	2,9	3,63	0,48	0,61	18,04	22,55	88	110	50
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	
<b>Итого за обед</b>	597	717	25,48	27,76	23,22	28,97	52,33	62,58	550,13	656,97	
<b>Полдник</b>											
Бифидум-кефир 2.5%	138	138	4,14	4,14	3,45	3,45	5,38	5,38	73,14	73,14	84
Булочка домашняя	100	98	7,64	7,49	9,88	9,68	46,66	45,73	307,28	301,13	60
<b>Итого за полдник</b>	238	236	11,78	11,63	13,33	13,13	52,04	51,11	380,42	374,27	
<b>Ужин 1</b>											
Суфле из рыбы	111	110	20,67	20,48	11,1	11	10,42	10,33	222,95	220,95	29
Салат из свеклы с маслом растительным	100	120	1,31	1,57	4,47	5,36	2,56	3,07	76,02	91,22	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>	386	455	23,85	23,93	16,32	17,11	32,22	34,63	390,47	411,67	
<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>	1689	1927	74,45	78,4	68,94	78,12	199,07	223,51	1754,4	1942,1	

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