

Меню на 02.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Запеканка творожная со сметаной	0	120	0	17,08	0	10,8	0	19,33	0	252,2	102
Суфле творожное со сметаной	100	0	14,3	0	8,97	0	12,28	0	192,8	0	156
Булка с маслом с сыром	0	45	0	5,23	0	11,13	0	12,04	0	171,53	90
Бутерброд с маслом и сыром	35	0	3,68	0	5,35	0	11,33	0	108,11	0	99
Кофейный напиток	150	200	3,6	4,8	3,6	4,8	16,47	21,96	110,88	147,84	124
Яблоко	100	110	0,41	0,45	0,41	0,45	10,09	11,1	45,32	49,85	138
Итого за завтрак 1	385	475	21,99	27,56	18,33	27,18	50,17	64,43	457,11	621,42	
Завтрак 2											
Напиток витаминизированный инстатный Витошка.	0	100	0	0	0	0	0	4,2	0	14,99	88
Сок	100	0	0,5	0	0,1	0	10	0	45,54	0	114
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0	0,1	0	10	4,2	45,54	14,99	
Обед											
Суп картофельный на м/б	150	200	1,8	2,4	6,52	8,7	24,3	32,4	72,6	96,8	16
Плов с мясом	100	130	5,24	6,81	7,02	9,13	13,3	17,29	161,82	210,37	34
Салат из свеклы	40	60	0,63	1,02	2,71	4,07	3,55	5,33	41,5	62,25	6
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,73	22,17	75,6	94,5	9
Компот из сухофруктов	150	200	0,78	1,04	0	0	20,22	26,96	80,58	107,44	11
Итого за обед	480	640	10,9	14,27	16,66	22,39	79,1	104,14	432,1	571,36	
Полдник											
Кефир	130	150	3,74	4,32	4,12	4,76	5,16	5,96	72,21	83,32	111
Булочка домашняя	80	100	7,04	8,8	4	5	41,36	51,7	229,6	287	94
Итого за полдник	210	250	10,78	13,12	8,12	9,76	46,52	57,66	301,81	370,32	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	150	200	5,07	6,73	7,8	10,4	19,4	25,86	168	224	83
Булка	30	30	2,14	2,14	0,34	0,34	13,92	13,92	82,35	82,35	88
Чай	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	123
каша геркулесовая (Диета)	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	2
Итого за ужин 1	330	630	16,21	20,9	10,43	13,8	43,07	52,78	287,31	355,63	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1505	2095	60,38	75,84	53,64	73,12	228,86	283,21	1523,9	1933,7	

Исполнитель: Ст. медицинская сестра _____ (Мачанян Н.Г.)