

Меню на 25.04.2025

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											
каша молочная вермишелевая	150	200	5,25	7	6,75	9	30,31	40,42	187,69	250,26	73
Булка с маслом	30	35	0,79	0,92	0,23	0,27	5,03	5,87	25,2	29,4	89
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,6	4,8	3,6	4,8	16,47	21,96	110,88	147,84	127
Яблоко	100	110	0,41	0,45	0,41	0,45	10,09	11,1	45,32	49,85	138
Итого за завтрак 1	430	545	10,05	13,17	10,99	14,52	61,91	79,35	369,09	477,35	
Завтрак 2											
Сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	45,54	45,54	114
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	45,54	45,54	
Обед											
Суп манный на к/б	150	0	1,53	0	4,76	0	13,58	0	68,48	0	12
Суп манный на к/б с гречками	0	200	0	2,04	0	6,34	0	18,1	0	91,3	12
котлета куриная (паровая)	80	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
каша пшеничная с маслом .	100	110	3,24	3,56	4,7	5,17	12,24	13,46	109,42	120,36	76
Зеленый горошек с маслом растительным	0	50	0	2,52	0	2,95	0	4,16	0	53,31	51
Пюре из зеленого горошка с маслом растительным	50	0	1,55	0	0,1	0	3,25	0	20	0	153
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,73	22,17	75,6	94,5	92
Компот из сухофруктов	150	200	0,78	1,04	0	0	20,22	26,96	80,58	107,44	115
Итого за обед	570	710	9,5	12,16	9,95	14,96	67,02	84,85	354,08	466,92	
Полдник											
Кефир	130	150	3,74	4,32	4,12	4,76	5,16	5,96	72,21	83,32	111
Булка	30	30	2,14	2,14	0,34	0,34	13,92	13,92	82,35	82,35	88
Итого за полдник	160	180	5,88	6,46	4,46	5,09	19,08	19,88	154,56	165,67	
Ужин 1											
Сырники творожные	160	200	38,94	48,68	16,96	21,2	38,11	47,64	461,55	576,94	1
Соус сметанный	30	30	0,49	0,49	1,43	1,43	0,89	0,89	23,09	23,09	129
Булка	20	20	1,42	1,42	0,22	0,22	9,28	9,28	54,9	54,9	88
Чай	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	123
Итого за ужин 1	360	450	49,86	62,6	20,91	25,92	58,03	70,81	576,51	704,21	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1620	1985	75,79	94,88	46,42	60,59	216,04	264,88	1499,8	1859,7	

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