


УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Н.В.Купина)  
 26.06.2025

Меню на 26.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
<b>Завтрак 1</b>											
Каша манная молочная жидкая	150	200	4,44	5,92	5,76	7,68	22,26	29,68	158,94	211,92	84
Булка с маслом	30	35	0,79	0,92	0,23	0,27	5,03	5,87	25,2	29,4	89
Какао на молоке	150	200	4,2	5,6	4,79	6,38	18,96	25,28	132,17	176,22	126
Яблоко	90	100	0,37	0,41	0,37	0,41	9,08	10,09	40,79	45,32	138
каша манная на воде (диета)	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	123
<b>Итого за завтрак 1</b>	420	935	9,8	24,85	11,15	17,8	55,34	83,92	357,09	512,14	
<b>Завтрак 2</b>											
Сок	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	45,54	45,54	114
<b>Итого за завтрак 2</b>	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	45,54	45,54	
<b>Обед</b>											
Свекольник на свинине со сметаной	150	200	2,47	3,3	1,38	1,84	4,18	5,58	52,86	70,48	1
Свекольник на свинине со сметаной (диета)	150	200	2,47	3,3	1,38	1,84	4,18	5,58	52,86	70,48	1
Котлета свиная	80	90	25,98	29,22	25,31	28,48	8,65	9,73	374,76	421,61	44
Котлета свиная (диета)	80	90	25,98	29,22	25,31	28,48	8,65	9,73	374,76	421,61	44
Вермишель отварная с маслом	100	110	3,9	4,29	4,09	4,5	20,82	22,9	138,11	151,92	79
Зеленый горошек с маслом растительным	0	40	0	2,01	0	2,36	0	3,33	0	42,65	51
Пюре из зеленого горошка с маслом растительным	40	0	1,24	0	0,08	0	2,6	0	16	0	153
Хлеб ржаной	40	50	2,4	2,66	0,4	0,56	17,73	23,74	75,6	106,24	102
Компот из сухофруктов	150	200	0,78	1,04	0	0	20,22	26,96	80,58	107,44	115
<b>Итого за обед</b>	790	980	65,22	75,05	57,95	68,07	87,04	107,55	1165,5	1392,4	
<b>Полдник</b>											
Кефир	140	160	4,03	4,61	4,44	5,07	5,56	6,35	77,77	88,88	111
Булка	30	30	2,14	2,14	0,34	0,34	13,92	13,92	82,35	82,35	88
Чай	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	123
<b>Итого за полдник</b>	170	390	6,17	18,74	4,77	8,47	19,48	33,27	160,12	220,51	
<b>Ужин 1</b>											
Котлета рыбная (паровая)	70	90	6,68	8,59	1,3	1,67	9,22	11,85	71,73	92,22	27
Котлета рыбная (паровая) (диета)	0	90	0	8,59	0	1,67	0	11,85	0	92,22	27
Салат из свежей капусты	40	0	0,63	0	3,95	0	1,42	0	43,71	0	151
Булка	20	0	1,42	0	0,22	0	9,28	0	54,9	0	88
Салат из свежей капусты	0	50	0	0,79	0	4,94	0	1,77	0	54,64	151
Булка	0	30	0	2,14	0	0,34	0	13,92	0	82,35	88
Чай	150	0	9	0	2,29	0	9,75	0	36,96	0	123
Чай	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	123
<b>Итого за ужин 1</b>	280	460	17,73	32,1	7,77	11,67	29,67	52,4	207,3	370,72	
<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>	1760	2865	99,42	151,24	81,74	106,11	201,52	287,14	1935,6	2541,3	

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