

Меню на 01.07.2025

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 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 и сыром	0	46	0	5,35	0	11,38	0	12,31	0	175,34	90
Бутерброд с маслом и сыром	39	0	4,1	0	5,96	0	12,62	0	120,47	0	99
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
Итого за завтрак 1	429	946	13,11	29,28	16,88	28,91	62,92	90,36	452,36	658,08	
Завтрак 2											
Сок	100	0	0,5	0	0,1	0	10	0	45,54	0	114
Сок	0	100	0	0,5	0	0,1	0	10	0	45,54	114
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	45,54	45,54	
Обед											
Борщ на м/б со сметаной	150	200	2,31	3,08	1,31	1,74	4,07	5,42	48,74	64,98	1
Жаркое по-домашнему, говядины	140	160	30,76	35,15	23,66	27,04	30,2	34,51	455,91	521,04	30
Хлеб ржаной	0	56	0	2,98	0	0,65	0	26,59	0	118,99	102
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,44	115
Хлеб ржаной	44	0	2,64	0	0,44	0	19,51	0	83,16	0	92
Компот из сухофруктов	150	0	0,78	0	0	0	20,22	0	80,58	0	115
Итого за обед	484	616	36,49	42,25	25,4	29,43	73,99	93,48	668,38	812,45	
Полдник											
Кефир	150	170	4,32	4,9	4,76	5,39	5,96	6,75	83,32	94,43	111
Булка	34	34	2,42	2,42	0,38	0,38	15,78	15,78	93,33	93,33	88
Чай	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	123
Итого за полдник	184	404	6,74	19,32	5,14	8,83	21,73	35,53	176,65	237,04	
Ужин 1											
тефтеля рыбная -(паровая)	110	130	17,63	20,84	14,34	16,95	7,22	8,53	228,84	270,45	29
Салат из свежей капусты	40	60	0,63	0,95	3,95	5,93	1,42	2,12	43,71	65,57	151
Булка	20	30	1,42	2,14	0,22	0,34	9,28	13,92	54,9	82,35	88
Чай	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	123
Итого за ужин 1	320	420	28,69	35,92	20,81	26,28	27,66	37,57	364,42	467,65	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1517	2486	85,53	127,27	68,33	93,54	196,3	266,94	1707,4	2220,8	

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