

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Н.В.Купина)
22.04.2025

Меню на 22.04.2025

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 геркулесовая молочная	150	200	5,07	6,76	7,8	10,4	19,4	25,86	168	224	83
Булка с маслом с сыром	0	43	0	5	0	10,63	0	11,51	0	163,9	90
Бутерброд с маслом и сыром	32	0	3,36	0	4,89	0	10,36	0	98,84	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	100	110	0,41	0,45	0,41	0,45	10,09	11,1	45,32	49,85	138
Итого за завтрак 1	432	553	13,04	17,81	17,89	27,86	58,8	73,75	444,33	613,98	
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											
Щи из свежей капусты со сметаной на м/б	150	200	1,46	1,94	5,18	6,9	9,67	12,9	81,27	108,36	142
Котлета мясная	60	70	6,39	7,45	7,01	8,18	3,43	4	105,78	123,41	45
Вермишель отварная с маслом	90	100	3,51	3,9	3,68	4,09	18,74	20,82	124,3	138,11	79
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	490	620	14,53	17,33	16,27	19,67	69,8	86,85	467,53	571,82	
Полдник											
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
Итого за полдник	170	190	6,17	6,74	4,77	5,41	19,48	20,27	160,12	171,23	
Ужин 1											
Суфле из рыбы отварной	140	180	29,78	38,29	19,8	25,45	5,46	7,02	319,58	410,89	1
Салат из свеклы	40	60	0,68	1,02	2,71	4,07	3,55	5,33	41,5	62,25	58
Булка	20	0	1,42	0	0,22	0	9,28	0	54,9	0	88
Чай	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	123
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
Итого за ужин 1	350	470	40,88	53,44	25,03	32,92	28,04	39,27	452,94	604,77	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1542	1933	75,13	95,83	64,06	85,96	186,12	230,13	1570,5	2007,3	

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