

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Н.В.Купина)
27.06.2025

Меню на 27.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Запеканка творожная со сметаной	0	140	0	19,92	0	12,6	0	22,55	0	294,24	102
Суфле творожное со сметаной	130	0	18,59	0	11,66	0	15,96	0	250,64	0	156
Вермишель отварная с маслом	140	160	5,46	6,24	5,73	6,54	29,15	33,31	193,35	220,98	79
Булка с маслом	37	37	0,97	0,97	0,29	0,29	6,21	6,21	31,08	31,08	89
Чай	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	123
Яблоко	90	100	0,37	0,41	0,37	0,41	9,08	10,09	40,79	45,32	138
Итого за завтрак 1	547	637	34,39	39,55	20,34	22,9	70,15	85,16	552,82	640,89	
Завтрак 2											
Сок	0	100	0	0,5	0	0,1	0	10	0	45,54	114
Сок	100	0	0,5	0	0,1	0	10	0	45,54	0	114
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10	10	45,54	45,54	
Обед											
Суп маннй на к/б	150	0	1,53	0	4,76	0	13,58	0	68,48	0	12
Суп маннй на к/б с гречками	0	200	0	2,04	0	6,34	0	18,1	0	91,3	12
Тефтеля куриная	70	90	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Тефтеля куриная (диета)	0	90	0	0	0	0	0	0	0	0	1
тефтеля куриная (диета)	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
картофельное пюре	100	100	2,17	2,17	3,12	3,12	5,36	5,36	82,6	82,6	23
Картофель отварной (диета)	0	100	0	1,34	0	0	0	26,19	0	124,1	9
Салат из свежей капусты	40	0	0,63	0	3,95	0	1,42	0	43,71	0	151
Салат из свежей капусты	0	50	0	0,79	0	4,94	0	1,77	0	54,64	151
Хлеб ржаной	40	0	2,4	0	0,4	0	17,73	0	75,6	0	92
Компот из сухофруктов	150	0	0,78	0	0	0	20,22	0	80,58	0	115
Хлеб ржаной	0	50	0	2,66	0	0,58	0	23,74	0	106,24	102
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,44	115
Итого за обед	620	880	7,51	10,04	12,23	14,98	58,3	102,12	350,97	566,32	
Полдник											
Кефир	140	160	4,03	4,61	4,44	5,07	5,56	6,35	77,77	88,88	111
Булочка домашняя	90	100	7,92	8,8	4,5	5	46,53	51,7	258,3	287	94
Чай	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	123
Итого за полдник	230	460	11,95	25,41	8,94	13,13	52,09	71,05	336,07	425,16	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	150	200	5,07	6,76	7,8	10,4	19,4	25,86	168	224	83
Булка	39	0	2,78	0	0,44	0	18,1	0	107,06	0	88
каша геркулесовая на воде (диета)	0	150	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Булка	0	39	0	2,78	0	0,44	0	18,1	0	107,06	88
Кофейный напиток	150	0	3,6	0	3,6	0	16,47	0	110,88	0	124
Кофейный напиток	0	200	0	4,8	0	4,8	0	21,96	0	147,84	124
Итого за ужин 1	339	589	11,45	14,34	11,84	15,64	53,96	65,92	385,93	478,89	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1836	2666	65,8	89,83	53,44	66,75	244,5	334,25	1671,3	2156,8	

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