

Меню на 02.06.2025

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											
Каша пшенная с маслом сливочным и сахаром	115	115	6,11	6,11	3,51	3,51	3,73	3,73	134,82	134,82	170
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	89
Пряник	49	49	4,36	4,36	0	0	35,77	35,77	164,4	164,4	98
Итого за завтрак 1	344	364	21,27	22,47	6,26	6,57	51,2	52,5	343,57	348,5	
Завтрак 2											
Яблоко свежее	114	127	0,49	0,55	0,49	0,55	11,49	12,8	51,5	57,38	79
Итого за завтрак 2	114	127	0,49	0,55	0,49	0,55	11,49	12,8	51,5	57,38	
Обед											
Суп гороховый	200	250	3,26	4,07	3,02	3,78	6,68	8,35	72,34	90,42	18
Каша гречневая рассыпчатая	110	125	6,21	7,06	5,25	5,97	29,95	34,03	196,73	223,56	178
Оладьи из печени	91	106	16,48	19,2	11,57	13,48	5,94	6,92	173,87	202,55	40
Огурец свежий	44	53	4,84	5,83	0	0	2,96	3,56	63,59	76,6	132
Компот из сухофруктов	180	200	0,54	0,6	0,09	0,1	22,95	25,5	89,1	99	137
Хлеб ржаной	40	42	4,8	5,04	0,8	0,84	35,4	37,17	150,67	158,22	76
Итого за обед	665	776	36,13	41,8	20,73	24,17	103,88	115,53	746,3	850,35	
Полдник											
Кефир	130	153	3,76	4,43	4,19	4,93	5,2	6,12	72,49	85,32	144
Булочка "Ромашка"	65	69	6,29	6,68	1,62	1,72	32,93	34,96	171,51	182,07	74
Итого за полдник	195	222	10,05	11,11	5,81	6,65	38,13	41,08	244	267,39	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	180	200	2,25	2,5	14,4	16	2,79	3,1	87,3	97	172
Напиток кофейный	180	200	4,11	4,57	3,98	4,42	4,23	4,7	234	260	92
Булка	28	34	5,25	6,38	1,75	2,13	36,4	44,2	181,68	220,62	75
Каша рисовая диетическая	0	1	0	0,02	0	0	0	0,18	0	0,83	171
Итого за ужин 1	388	435	11,61	13,47	20,13	22,55	43,42	52,18	502,98	578,45	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1706	1924	79,55	89,4	53,42	60,49	248,12	274,09	1888,4	2102,1	

Исполнитель: Медсестра _____()