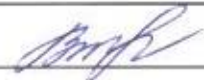


УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №75 (Пшеничных Л.А.)
07.05.2025

Меню на 07.05.2025

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	110	110	14,8	14,8	9,81	9,81	10,75	10,75	196,63	196,63	155
Какао с молоком	180	200	5,87	6,52	5,81	6,46	22,52	25,02	167,4	186	90
Каша гречневая рассыпчатая диетическая	0	120	0	3,2	0	0,8	0	17,1	0	90	182
Итого за завтрак 1	290	430	20,67	24,52	15,62	17,07	33,27	52,87	364,03	472,63	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	110	135	0,88	1,08	0	0	3,85	4,72	19,8	24,3	141
Итого за завтрак 2	110	135	0,88	1,08	0	0	3,85	4,72	19,8	24,3	
Обед											
Свекольник на мб со сметаной	200	250	13,42	16,77	19,52	24,4	31,66	39,58	423,74	529,67	14
Плов с мясом	150	160	18,09	19,3	15,38	16,41	25,07	26,74	311,2	331,95	45
Помидор соленый	55	60	9,48	10,34	0	0	9,75	10,64	373,52	407,51	104
Компот из сухофруктов	180	200	0,54	0,6	0,09	0,1	22,95	25,5	89,1	99	137
Хлеб ржаной	33	40	3,96	4,8	0,66	0,8	29,21	35,4	124,31	150,68	76
Итого за обед	618	710	45,49	51,81	35,65	41,71	118,64	137,86	1321,9	1518,8	
Полдник											
Ватрушка с повидлом	80	80	3,44	3,44	4,89	4,89	11,27	11,27	176,23	176,23	67
Кефир	115	135	3,33	3,91	3,71	4,35	4,6	5,4	64,13	75,29	144
Итого за полдник	195	215	6,77	7,35	8,6	9,24	15,87	16,67	240,36	251,52	
Ужин 1											
Каша пшенная молочная жидкая	180	200	6,08	6,76	9,4	10,44	23,27	25,86	202,45	224,94	187
Напиток кофейный	180	200	4,11	4,57	3,98	4,42	4,23	4,7	234	260	92
Каша пшенная диетическая	0	120	0	4,06	0	6,26	0	15,52	0	134,96	186
Итого за ужин 1	360	520	10,19	15,39	13,38	21,12	27,5	46,08	436,45	619,9	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1573	2010	84	100,15	73,25	89,14	199,13	258,2	2382,5	2887,2	

Исполнитель: Медсестра  ()