

Меню на 29.05.2025

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											
Каша молочная " Дружба"	180	200	6,08	6,76	9,4	10,44	23,27	25,86	202,45	224,94	195
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	89
Бутерброд с сыром	40	46	0,48	0,55	2,2	2,53	3,32	3,82	35,2	40,48	158
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром	0	130	0	7,34	0	6,22	0	35,39	0	232,51	185
Итого за завтрак 1	400	576	17,36	26,65	14,35	22,25	38,29	78,07	282	547,21	
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 вермишелевый с мясом курицы	200	250	1,6	2	2	2,5	10,72	13,4	68,24	85,3	12
Тефтели куриные	148	154	9,03	9,4	31,08	32,34	16,72	17,4	383,27	398,8	33
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	46	4,8	5,52	0,8	0,92	35,4	40,71	150,68	173,3	76
Итого за обед	612	703	20,81	23,35	33,97	35,86	88,75	100,57	754,88	833	
Полдник											
Кефир	130	149	3,76	4,31	4,19	4,8	5,2	5,96	72,49	83,09	144
Булка	28	34	5,25	6,38	1,75	2,13	36,4	44,2	181,68	220,62	75
Итого за полдник	158	183	9,01	10,69	5,94	6,93	41,6	50,16	254,17	303,71	
Ужин 1											
Сырники со сметаной	116	128	11,14	12,29	5,37	5,93	18,12	20	166,83	184,1	148
Какао с молоком	180	200	5,87	6,52	5,81	6,46	22,52	25,02	167,4	186	90
Каша рисовая с сахаром на воде	0	125	0	1,88	0	0,13	0	21,75	0	97,5	174
Чай с сахаром	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	89
Итого за ужин 1	296	653	17,01	32,69	11,18	15,58	40,64	79,77	334,23	516,88	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1580	2242	64,68	93,93	65,93	81,17	220,77	321,37	1676,8	2258,2	

Исполнитель: Медсестра _____()