

Меню на 09.06.2025

УТВЕРЖДАЮ
09.06.2025
Детский сад № 75
г. Белгорода

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц. ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша гречневая рассыпчатая с маслом с сахаром	125	125	7,06	7,06	5,97	5,97	34,03	34,03	223,57	223,57	183
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	89
Печенье	24	24	1,7	1,7	3,06	3,06	26,63	26,63	98,24	98,24	97
Итого за завтрак 1	329	349	19,56	20,76	11,78	12,09	72,36	73,66	366,16	371,09	
Завтрак 2											
Яблоко свежее	105	125	0,45	0,54	0,45	0,54	10,58	12,6	47,44	56,48	79
Итого за завтрак 2	105	125	0,45	0,54	0,45	0,54	10,58	12,6	47,44	56,48	
Обед											
Суп полевой	200	250	2	2,5	2	2,5	16	20	90	112,5	7
Макароны отварные со сливочным маслом	115	125	4,45	4,84	6,15	6,68	23,75	25,81	174,17	189,31	189
Оладьи из печени	65	75	11,77	13,58	8,27	9,54	4,25	4,9	124,2	143,32	40
Огурец свежий	60	75	6,6	8,25	0	0	4,03	5,04	86,73	108,41	132
Компот из сухофруктов	180	200	0,54	0,6	0,09	0,1	22,95	25,5	89,1	99	137
Хлеб ржаной	35	40	4,2	4,8	0,7	0,8	31,02	35,45	132,28	151,18	2
Итого за обед	655	765	29,56	34,57	17,21	19,62	102	116,7	696,48	803,72	
Полдник											
Булочка домашняя	80	80	7,74	7,74	9,18	9,18	38,23	38,23	268,39	268,39	71
Кефир	130	140	3,76	4,05	4,19	4,51	5,2	5,6	72,49	78,07	144
Итого за полдник	210	220	11,5	11,79	13,37	13,69	43,43	43,83	340,88	346,46	
Ужин 1											
Каша молочная овсяная "Геркулес" жидкая	180	200	2,88	3,2	3,69	4,1	12,78	14,2	91,8	102	166
Напиток кофейный	180	200	4,11	4,57	3,98	4,42	4,23	4,7	234	260	92
Булка	32	32	6	6	2,01	2,01	41,6	41,6	207,64	207,64	75
Каша рисовая диетическая	0	120	0	1,89	0	0,43	0	21,34	0	99,42	171
Итого за ужин 1	392	552	12,99	15,66	9,68	10,96	58,61	81,84	533,44	669,06	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1691	2011	74,06	83,32	52,49	56,9	286,98	328,63	1984,4	2246,8	

Исполнитель: Медсестра  ()