

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Исаева В Ю.)

03.07.2025

Меню на 03.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энд. ккал		№ реце
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша пшеничная молочная	140	167	4,76	5,68	6,09	7,26	14,84	17,7	95,4	113,79	40
Булка	30	0	2,25	0	2,4	0	14,76	0	70,32	0	45
Булка	0	33	0	2,48	0	2,64	0	16,24	0	77,35	45
Масло сливочное	4	0	0,04	0	2,9	0	0,06	0	26,48	0	33
Какао	146	0	4,53	0	4,67	0	16,32	0	123,97	0	6
Масло сливочное	0	4	0	0,04	0	2,9	0	0,06	0	26,48	33
Какао	0	175	0	5,42	0	5,6	0	19,57	0	148,59	6
Итого за завтрак 1	320	379	11,58	13,62	16,06	18,4	45,98	53,56	316,16	366,22	
Завтрак 2											
Яблоко	104	109	0,46	0,48	0,34	0,36	10,88	11,4	46,18	48,4	39
Итого за завтрак 2	104	109	0,46	0,48	0,34	0,36	10,88	11,4	46,18	48,4	
Обед											
Суп картофельный с рыбой.	184	204	11,72	12,99	0,55	0,61	8,48	9,4	97	107,55	71
Каша пшеничная	107	115	7,06	7,59	4,69	5,04	37,74	40,56	228,67	245,77	159
Котлета мясная из свинины	97	110	14,27	16,18	5,73	6,5	5,28	5,98	121,3	137,56	29
Салат из свежих огурцов с растительным маслом.	29	44	0,25	0,38	2,06	3,12	0,76	1,15	0	0	69
Хлеб ржаной	25	32	1,67	2,14	0,3	0,38	8,35	10,69	42,7	54,66	44
Компот из сухофруктов	113	137	0,25	0,3	0,01	0,01	15,68	19,02	25,83	31,32	9
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	92
Итого за обед	558	645	35,22	39,59	13,34	15,67	76,29	86,8	515,5	576,84	
Полдник											
Кисель из сухофруктов	107	128	0,54	0,64	0,11	0,13	13,48	16,13	57,57	68,86	130
Пряник	26	36	2,31	3,2	0	0	18,96	26,25	87,27	120,84	91
Итого за полдник	133	164	2,85	3,84	0,11	0,13	32,44	42,38	144,84	189,7	
Ужин 1											
Тефтеля рыбная	71	92	8,26	10,71	3,17	4,1	5,7	7,39	82,84	107,35	62
Салат из свеклы (ясли)	41	0	0,67	0	1,23	0	3,35	0	28,1	0	144
Салат из свеклы и зеленого горошка	0	52	0	0,86	0	2,16	0	4,25	0	40,09	134
Хлеб ржаной	25	32	1,67	2,14	0,3	0,38	8,35	10,69	42,7	54,66	44
Булка	25	30	1,88	2,25	2	2,4	12,3	14,76	58,6	70,32	45
Чай с сахаром	150	180	9	10,8	2,29	2,75	9,75	11,7	131,55	157,86	14
Итого за ужин 1	312	386	21,48	26,77	8,99	11,8	39,45	48,79	343,79	430,27	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1427	1683	71,59	84,29	38,85	46,37	205,04	242,93	1366,5	1611,4	

Исполнитель: Старшая медсестра _____ (Абакумова О Е)