

и.о. заведующего (Исаева В.Ю.)

Меню на 09.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц, ккал		№ реце
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Творожная запеканка	119	128	20,87	22,45	14,34	15,42	20,41	21,95	293,93	316,16	11
Соус сметанный	22	26	0,69	0,82	2,98	3,52	1,59	1,88	47,5	56,13	51
Булка	30	30	2,25	2,25	2,4	2,4	14,76	14,76	70,32	70,32	45
Кофейный напиток с	171	205	3,92	4,69	4,31	5,17	18,38	22,04	83,12	99,65	12
Итого за завтрак 1	342	389	27,73	30,21	24,03	26,51	55,15	60,63	494,87	542,26	
Завтрак 2											
Яблоко	104	118	0,46	0,52	0,34	0,39	10,88	12,34	46,18	52,39	39
Сок	0	113	0	0	0	0	0	11,41	0	50,85	15
Сок ясли	89	0	0	0	0	0	10,24	0	40,94	0	76
Итого за завтрак 2	193	231	0,46	0,52	0,34	0,39	21,11	23,76	87,12	103,24	
Обед											
Суп овощной со сметаной	0	214	0	8,35	0	12,2	0	47,72	0	276,06	124
Суп овощной со сметаной (ЯСЛИ)	196	0	7,64	0	11,17	0	43,71	0	252,84	0	167
Запеканка картофельная с	150	225	15,27	22,91	9,38	14,06	40,99	61,49	309	463,5	155
Сметана	13	15	0,34	0,39	1,95	2,25	0,47	0,54	20,8	24	157
Свежий огурец	34	39	0,27	0,31	0,03	0,04	0,88	1,01	4,76	5,46	46
Хлеб ржаной	37	47	2,48	3,15	0,44	0,56	12,36	15,7	63,2	80,28	44
Компот из сухофруктов	55	75	0,12	0,16	0,01	0,01	7,63	10,41	12,57	17,15	9
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	92
Итого за обед	488	618	26,12	35,27	22,98	29,12	106,05	136,88	663,17	866,44	
Полдник											
Кефир	168	187	4,7	5,24	5,36	5,97	6,87	7,65	94,52	105,21	23
Ватрушка с повидлом	72	84	4,93	5,75	4,29	5,01	34,29	40	195,32	227,88	80
Итого за полдник	240	271	9,64	10,99	9,65	10,97	41,16	47,65	289,84	333,08	
Ужин 1											
Каша гречневая молочная	164	196	5,72	6,84	8,54	10,21	20,5	24,5	182,35	217,93	26
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	339	406	16,6	19,89	12,84	15,37	42,55	50,96	372,5	446,11	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1602	1915	89,55	96,88	69,84	82,36	266,01	319,88	1907,5	2291,1	

Исполнитель: Старшая медсестра (Абакумова О.Е)