

Заведующий (Коваленко Е.Ю.)

Меню на 10.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ реце
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша манная молочная	128	153	4,61	5,51	7,3	8,72	19,15	22,89	155,43	185,79	60
Гренки с сыром	42	53	5,19	6,55	6,76	8,53	12,49	15,76	135,24	170,66	141
Какао	126	151	3,91	4,68	4,03	4,83	14,09	16,88	106,99	128,21	6
Итого за завтрак 1	296	357	13,71	16,74	18,09	22,09	45,73	55,53	397,66	484,66	
Завтрак 2											
Яблоко	103	108	0,45	0,48	0,34	0,36	10,77	11,3	45,73	47,95	39
Сок	0	110	0	0	0	0	0	11,11	0	49,5	15
Сок ясли	84	0	0	0	0	0	9,66	0	38,64	0	76
Итого за завтрак 2	187	218	0,45	0,48	0,34	0,36	20,43	22,41	84,37	97,45	
Обед											
Суп картофельный с пшеничной крупой со сметаной на м/б	211	234	0	0	0	0	0	0	211	234	128
Рулет с яйцом	76	86	2,14	2,43	3,6	4,08	3,63	4,1	55,88	63,23	138
Салат из свеклы	0	73	0	1,19	0	2,19	0	5,96	0	50,03	65
Салат из свеклы (ясли)	49	0	0,8	0	1,47	0	4	0	33,58	0	144
Хлеб ржаной	20	30	1,34	2,01	0,24	0,36	6,68	10,02	34,16	51,24	44
Компот из яблок	117	140	0,22	0,27	0	0	22,93	27,44	87,01	104,12	8
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	92
Итого за обед	476	566	4,5	5,89	5,31	6,63	37,24	47,53	421,63	502,62	
Полдник											
Кефир	176	196	4,93	5,49	5,61	6,25	7,2	8,02	99,02	110,27	23
Булка	25	30	1,88	2,25	2	2,4	12,3	14,76	58,6	70,32	45
Итого за полдник	201	226	6,8	7,74	7,61	8,65	19,5	22,78	157,62	180,59	
Ужин 1											
Суфле рыбное	87	97	10,54	11,76	10,48	11,69	1,35	1,5	147,14	164,06	104
Салат из свежих помидоров	46	57	0,61	0,76	0,98	1,22	3,56	4,41	22,13	27,42	48
Хлеб ржаной	20	20	1,34	1,34	0,24	0,24	6,68	6,68	34,16	34,16	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	328	384	23,37	26,9	16	18,3	33,64	39,06	393,58	453,82	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1488	1751	48,84	57,75	47,36	56,02	156,54	187,3	1454,9	1719,1	

Исполнитель: Старшая медсестра

(Абакумова О.Е.)