УТВЕРЖДАЮ

И.о заведующего _____(Исаева В.Ю.)

10.07.2025

Меню на 10.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	реце
Завтрак 1											
Каша пшеничная молочная	144	173	4,9	5,88	6,26	7,53	15,26	18,34	98,14	117,9	35
Булка	30	33	2,25	2,48	2,4	2,64	14,76	16,24	70,32	77,35	45
Масло сливочное	4	4	0,04	0,04	2,9	2,9	0,06	0,06	26,48	26,48	33
Какао	144	173	4,46	5,36	4,61	5,54	16,1	19,34	122,27	146,89	6
Итого за завтрак 1	322	383	11,65	13,76	16,17	18,6	46,18	53,97	317,21	368,63	
Завтрак 2											
Яблоко	113	119	0,5	0,52	0,37	0,39	11,82	12,45	50,17	52,84	39
Сок	0	116	0	0	0	0	0	11,72	0	52,2	15
Сок ясли	92	0	0	0	0	0	10,58	0	42,32	0	76
Итого за завтрак 2	205	235	0,5	0,52	0,37	0,39	22,4	24,16	92,49	105,04	
Обед											
Суп рыбый	189	210	12,04	13,38	0,57	0,63	8,71	9,68	99,64	110,71	34
Тефтели из свинины	164	173	22,52	23,75	23,98	25,29	10,63	11,21	350,88	370,13	145
Салат из капусты белокочанной и огурцов	48	58	0,64	0,81	4,62	5,83	3,44	4,33	57,99	72,74	96
Хлеб ржаной	0	29	0	1,94	0	0,35	0	9,69	0	49,53	44
Компот из сухофруктов	0	180	0	0,4	0	0,02	0	24,98	0	41,15	9
Хлеб ржаной	23	0	1,54	0	0,28	0	7,68	0	39,28	0	44
Компот из сухофруктов	150	0	0,33	0	0,01	0	20,82	0	34,29	0	9
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	92
Итого за обед	575	653	37,07	40,28	29,46	32,12	51,28	59,89	581,79	644,27	
Полдник											
Кисель из сухофруктов	150	173	0,75	0,87	0,15	0,17	18,9	21,8	80,7	93,07	130
Булка	25	30	1,88	2,25	2	2,4	12,3	14,76	58,6	70,32	45
Итого за полдник	175	203	2,63	3,12	2,15	2,57	31,2	36,56	139,3	163,39	
Ужин 1											
Биточки рыбные	55	64	7,41	8,63	3,25	3,78	2,68	3,12	72,07	83,87	111
Рагу овощное	93	104	2,12	2,37	3,2	3,58	5,1	5,7	51,71	57,82	112
Хлеб ржаной	23	29	1,54	1,94	0,28	0,35	7,68	9,69	39,28	49,53	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	346	407	21,95	25,99	11,02	12,86	37,51	44,96	353,22	419,4	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1623	1881	73,79	83,66	59,18	66,55	188,56	219,55	1484	1700,7	

Исполнитель: Старшая медсестра_____(Абакумова О.Е)