

И.о. заведующего (Исаева В.Ю.)

Меню на 16.07.2025

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	112	131	19,64	22,98	13,5	15,79	19,21	22,47	276,64	323,57	11
Соус сметанный	22	27	0,69	0,85	2,98	3,66	1,59	1,96	47,5	58,29	51
Булка	27	30	2,03	2,25	2,16	2,4	13,28	14,76	63,29	70,32	45
Масло сливочное	4	5	0,04	0,05	2,9	3,63	0,06	0,07	26,48	33,1	33
Кофейный напиток с	147	176	3,37	4,03	3,7	4,44	15,8	18,92	71,46	85,55	12
Итого за завтрак 1	312	369	25,77	30,16	25,24	29,9	49,95	58,17	485,36	570,84	
Завтрак 2											
Яблоко	116	122	0,51	0,54	0,38	0,4	12,13	12,76	51,5	54,17	39
Сок	0	128	0	0	0	0	0	12,93	0	57,6	15
Сок ясли	83	0	0	0	0	0	9,55	0	38,18	0	76
Итого за завтрак 2	199	250	0,51	0,54	0,38	0,4	21,68	25,69	89,68	111,77	
Обед											
Суп гороховый	230	256	9,38	10,44	8,72	9,7	19,21	21,38	173,47	193,08	123
Каша пшенная	96	131	3,81	5,2	4,45	6,08	13,85	18,9	113,85	155,35	61
Запеканка из печени	79	99	13,6	17,04	5,66	7,1	3,81	4,77	95,46	119,62	79
Салат из капусты белокочанной и огурцов	0	74	0	1,03	0	7,44	0	5,53	0	92,81	96
Салат из свежих огурцов с растительным маслом	45	0	0,39	0	3,19	0	1,17	0	0	0	69
Хлеб ржаной	40	50	2,68	3,35	0,48	0,6	13,36	16,7	68,32	85,4	44
Компот из сухофруктов	138	162	0,3	0,36	0,01	0,02	19,15	22,49	31,55	37,03	9
Соль	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0	92
Итого за обед	630	774	30,16	37,42	22,52	30,93	70,55	89,76	482,63	683,29	
Полдник											
Кефир	168	187	4,7	5,24	5,36	5,97	6,87	7,65	94,52	105,21	23
Ватрушка с творогом	57	76	5,97	7,96	6,21	8,28	18,87	25,16	163,76	218,35	3
Итого за полдник	225	263	10,68	13,2	11,57	14,25	25,74	32,81	258,28	323,55	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	146	175	3,99	4,78	7,21	8,65	35,13	42,1	146,6	175,72	38
Булка	23	27	1,73	2,03	1,84	2,16	11,32	13,28	53,91	63,29	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	319	382	14,71	17,6	11,35	13,56	56,19	67,09	332,06	396,87	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1685	2038	81,83	98,92	71,07	89,05	224,12	273,53	1648	2086,3	

Исполнитель: Старшая медсестра (Абакумова О.Е.)