

Заведующий (Коваленко Е.Ю.)

18.06.2025

Меню на 18.06.2025

МБДО  
д/с № 56

| Наименование блюда                       | Выход |      | Белки, г |        | Жиры, г |        | Углеводы, г |        | Эн/ц, ккал |        | №<br>реп |
|------------------------------------------|-------|------|----------|--------|---------|--------|-------------|--------|------------|--------|----------|
|                                          | Ясли  | Сад  | Ясли     | Сад    | Ясли    | Сад    | Ясли        | Сад    | Ясли       | Сад    |          |
| Завтрак 1                                |       |      |          |        |         |        |             |        |            |        |          |
| Творожная запеканка                      | 124   | 143  | 21,75    | 25,08  | 14,94   | 17,23  | 21,27       | 24,52  | 306,28     | 353,21 | 11       |
| Соус сметанный                           | 16    | 20   | 0,5      | 0,63   | 2,17    | 2,71   | 1,16        | 1,45   | 34,54      | 43,18  | 51       |
| Булка                                    | 31    | 34   | 2,33     | 2,55   | 2,48    | 2,72   | 15,25       | 16,73  | 72,66      | 79,7   | 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 молоком               | 89    | 106  | 2,04     | 2,43   | 2,24    | 2,67   | 9,57        | 11,4   | 43,26      | 51,53  | 12       |
| Итого за завтрак 1                       | 264   | 308  | 26,66    | 30,74  | 24,73   | 28,96  | 47,3        | 54,17  | 483,23     | 560,71 |          |
| Завтрак 2                                |       |      |          |        |         |        |             |        |            |        |          |
| Яблоко                                   | 86    | 91   | 0,38     | 0,4    | 0,28    | 0,3    | 9           | 9,52   | 38,18      | 40,4   | 39       |
| Сок                                      | 0     | 115  | 0        | 0      | 0       | 0      | 0           | 11,62  | 0          | 51,75  | 15       |
| Сок ясли                                 | 69    | 0    | 0        | 0      | 0       | 0      | 7,94        | 0      | 31,74      | 0      | 76       |
| Итого за завтрак 2                       | 155   | 206  | 0,38     | 0,4    | 0,28    | 0,3    | 16,93       | 21,13  | 69,92      | 92,15  |          |
| Обед                                     |       |      |          |        |         |        |             |        |            |        |          |
| Свекольник на мясном бульоне со сметаной | 261   | 290  | 35,03    | 38,92  | 50,95   | 56,61  | 41,32       | 45,91  | 552,98     | 614,42 | 119      |
| Суфле из мяса                            | 80    | 110  | 18,17    | 24,98  | 19,21   | 26,41  | 5,68        | 7,81   | 269,18     | 370,12 | 164      |
| Салат из капусты                         | 50    | 76   | 0,69     | 1,06   | 5,03    | 7,64   | 3,73        | 5,68   | 62,71      | 95,32  | 96       |
| Хлеб ржаной                              | 34    | 43   | 2,28     | 2,88   | 0,41    | 0,52   | 11,36       | 14,36  | 58,07      | 73,44  | 44       |
| Компот из сухофруктов                    | 150   | 180  | 0,33     | 0,4    | 0,01    | 0,02   | 20,82       | 24,98  | 34,29      | 41,15  | 9        |
| Соль                                     | 3     | 3    | 0        | 0      | 0       | 0      | 0           | 0      | 0          | 0      | 92       |
| Итого за обед                            | 578   | 702  | 56,5     | 68,23  | 75,6    | 91,19  | 82,91       | 98,74  | 977,23     | 1194,5 |          |
| Полдник                                  |       |      |          |        |         |        |             |        |            |        |          |
| Кефир                                    | 165   | 183  | 4,62     | 5,12   | 5,26    | 5,84   | 6,75        | 7,48   | 92,83      | 102,96 | 23       |
| Ватрушка с творогом                      | 52    | 70   | 5,45     | 7,34   | 5,67    | 7,63   | 17,22       | 23,18  | 149,4      | 201,11 | 3        |
| Итого за полдник                         | 217   | 253  | 10,07    | 12,46  | 10,93   | 13,47  | 23,97       | 30,66  | 242,22     | 304,07 |          |
| Ужин 1                                   |       |      |          |        |         |        |             |        |            |        |          |
| Каша рисовая молочная                    | 95    | 112  | 2,59     | 3,06   | 4,69    | 5,53   | 22,86       | 26,95  | 95,39      | 112,46 | 38       |
| Булка                                    | 25    | 31   | 1,88     | 2,33   | 2       | 2,48   | 12,3        | 15,25  | 58,6       | 72,66  | 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                          | 270   | 323  | 13,47    | 16,18  | 8,99    | 10,77  | 44,91       | 53,9   | 285,54     | 342,98 |          |
| Рекомендованный ужин 2                   |       |      |          |        |         |        |             |        |            |        |          |
| Итого за рекомендованный                 | 0     | 0    | 0        | 0      | 0       | 0      | 0           | 0      | 0          | 0      |          |
| Итого день                               | 1484  | 1792 | 107,07   | 128,02 | 120,54  | 144,68 | 216,02      | 258,61 | 2058,2     | 2494,4 |          |

Исполнитель: Старшая медсестра (Абакумова О.Е.)