

УТВЕРЖДАЮ
заведующий (Люлина Ю. Ф.)
06.06.2025

Меню на 06.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептур
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Пудинг творожный	110	116	15,97	16,84	18,71	19,73	36,54	38,54	389,4	411	96
Соус сметанный	20	30	0,52	0,78	3	4,5	0,72	1,08	32,4	48,6	140
Макароны отварные с сахаром (диета)	140	160	3,06	3,5	2,8	3,2	0,61	0,7	112	128	58
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,82	5,1	4,8	6,4	10,05	13,4	68,25	91	117
Чай (диета)	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,12	60,2	121
Бутерброд с маслом	49	49	2,39	2,39	2,6	2,6	22,12	22,12	112,6	113	181
Итого за завтрак 1	619	755	25,86	28,73	31,91	36,43	71,4	77,64	759,8	851	
Завтрак 2											
Кисель из сока	150	200	1,02	1,36	0	0	21,76	29,02	87,15	116	107
Итого за завтрак 2	150	200	1,02	1,36	0	0	21,76	29,02	87,15	116	
Обед											
Свекольник со сметаной на	150	200	1,39	1,86	3,6	4,8	9,26	12,34	77,26	103	173
Суфле мясное	160	172	38,95	41,87	20,74	22,3	8,73	9,38	162	174	23
Картофель тушеный с мясом (диета)	200	217	0	0	0	0	0	0	0	0	35
Салат из свежих огурцов и редиса	55	63	0,58	0,66	5,62	6,44	2,54	2,91	63,08	72,3	131
Компот из сухофруктов	150	200	0,41	0,54	0	0	20,9	27,86	80,77	108	103
Хлеб	40	55	2,8	3,85	0,4	0,55	18,07	24,85	89	122	183
Итого за обед	755	907	44,12	48,78	30,37	34,09	59,49	77,34	472,1	580	
Полдник											
Молоко кипяченое	150	185	3,75	4,62	4,23	5,22	7,1	8,76	77,98	96,2	102
Чай (диета)	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,12	60,2	121
Ватрушка с повидлом	75	75	8,01	8,01	13,73	13,73	22,14	22,14	163,4	163	42
Итого за полдник	375	460	11,85	12,75	17,96	18,95	30,59	32,7	286,5	320	
Ужин 1											
Каша пшеничная молочная	150	200	5,36	7,15	4,84	6,45	15,34	20,45	136,5	182	55
Каша пшеничная с сахаром (диета)	140	160	3,88	4,43	1,89	2,16	16,48	18,83	98,56	113	72
Чай	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	1,9	2,54	120
Булка	40	45	3,2	3,6	1,12	1,26	22,16	24,93	113,6	128	180
Итого за ужин 1	480	605	12,53	15,3	7,85	9,87	55,32	66,01	350,5	425	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	2379	2927	95,37	106,9	88,08	99,34	238,6	282,7	1956	2291	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)