

заведующий (Люпина Ю. Ф.)

07.05.2025

Меню на 07.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецепту
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Пудинг творожный	110	129	6,19	7,26	11,62	13,63	15,56	18,3	112	132	90
Соус сметанный	20	30	0,52	0,78	3	4,5	0,72	1,08	32,4	48,6	140
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,82	5,1	4,8	6,4	10,05	13,4	68,3	91	118
Чай (диета)	0	200	0	0,12	0	0	0	1,8	0	60,2	121
Бутерброд с маслом, сыром	50	59	6,43	7,59	8,14	9,6	18,64	22	173	204	182
Итого за завтрак 1	330	618	17	20,9	27,56	34,13	44,97	56,5	386	536	
Завтрак 2											
Сок	100	130	0,68	0,88	0	0	9,09	11,8	38	49,4	109
Яблоко	130	130	0,26	0,26	0,39	0,39	10,4	10,4	48,1	48,1	179
Итого за завтрак 2	230	260	0,94	1,14	0,39	0,39	19,49	22,2	86,1	97,5	
Обед											
Свекольник со сметаной на м/б	150	200	1,4	1,86	3,6	4,8	9,26	12,3	77,3	103	173
Биточки мясные	65	65	11,6	11,6	7,97	7,97	3,53	3,53	149	149	26
Картофельное пюре	150	164	2,74	3	6,7	7,33	18,77	20,5	139	153	62
Икра кабачковая	60	70	0,27	0,31	1,12	1,31	2	2,33	19,7	23	138
Компот из сухофруктов	150	200	0,41	0,54	0	0	20,9	27,9	80,8	108	103
Хлеб	40	48	2,8	3,36	0,4	0,48	18,07	21,7	89	107	183
Итого за обед	615	747	19,2	20,7	19,8	21,89	72,52	88,3	555	642	
Полдник											
Каша пшеничная молочная	150	200	5,36	7,15	4,84	6,45	15,34	20,5	137	182	55
Каша пшеничная с маслом, сахаром (диета)	0	160	0	4,43	0	2,16	0	18,8	0	113	72
Кефир	145	171	4,21	4,96	3,63	4,28	5,8	6,84	76,9	90,6	98
Вифли (сад)	0	35	0	0	0	0	0	0	0	0	113
Пряник (ясли)	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	114
Итого за полдник	330	566	9,57	16,5	8,47	12,88	21,14	46,1	213	385	
Ужин 1											
Чай	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,1	60,2	121
Булка	40	40	3,2	3,2	1,12	1,12	22,16	22,2	114	114	180
Итого за ужин 1	190	240	3,29	3,32	1,12	1,12	23,51	24	159	174	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1695	2431	50	62,5	57,33	70,42	181,6	237	1399	1834	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)