

УТВЕРЖДАЮ
заведующий (Люлина Ю. Ф.)
08.04.2025

Меню на 08.04.2025

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											
Молочная вермишель	150	200	4,18	5,58	4,59	6,12	14,79	19,7	117	156	60
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	68,3	91	118
Чай (диета)	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,1	60,2	121
Бутерброд с маслом, сыром	40	45	5,15	5,79	6,51	7,32	14,91	16,8	138	156	182
Итого за завтрак 1	630	805	16,3	20,1	18,7	23	41,72	52,4	481	591	
Завтрак 2											
Яблоко	130	130	0,26	0,26	0,39	0,39	10,4	10,4	48,1	48,1	179
Напиток витаминный "Витошка"	0	100	0	0	0	0	0	97	0	1630	105
Итого за завтрак 2	130	230	0,26	0,26	0,39	0,39	10,4	107	48,1	1678	
Обед											
Суп кудрявый на м/б	150	200	4,38	5,84	3,49	4,66	12,6	16,8	111	148	157
Голубцы ленивые	200	223	0	0	0	0	0	0	0	0	11
Икра кабачковая	60	70	0,27	0,31	1,12	1,31	2	2,33	19,7	23	138
Кисель из сока	150	200	1,02	1,36	0	0	21,76	29	87,2	116	107
Хлеб	40	47	2,8	3,29	0,4	0,47	18,07	21,2	89	105	183
Итого за обед	600	740	8,47	10,8	5,02	6,44	54,43	69,4	307	392	
Полдник											
Кефир	135	158	3,91	4,58	3,37	3,95	5,4	6,32	71,6	83,7	98
Чай (диета)	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,1	60,2	121
Булка	30	30	2,4	2,4	0,84	0,84	16,62	16,6	85,2	85,2	180
Итого за полдник	315	388	6,4	7,1	4,21	4,79	23,37	24,7	202	229	
Ужин 1											
Запеканка рыбная	70	75	21,5	23	24,8	26,6	3,8	4,07	135	145	37
Свекольно-морковная икра	70	80	3,72	4,25	16,27	18,6	18,36	21	112	128	67
Чай	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	1,9	2,54	120
Булка	25	30	2	2,4	0,7	0,84	13,85	16,6	71	85,2	180
Итого за ужин 1	315	385	27,3	29,8	41,77	46	37,36	43,5	320	360	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1990	2548	58,7	68	70,09	80,7	167,3	297	1358	3251	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)