

заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Люлина Ю. Ф.)

12.02.2026

Меню на 12.02.2025 (Сад)



Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	рецептур
Завтрак 1						
Пудинг творожный	123	125,52	6,92	13	17,4	90
Соус сметанный	30	48,6	0,78	4,5	1,08	140
Какао на молоке	200	107	5,1	6,4	13,4	116
Бутерброд с маслом, сыром	45	155,75	5,79	7,32	16,78	182
Итого за завтрак 1	398	436,87	18,59	31,22	48,66	
Завтрак 2						
Сок	130	49,4	0,88		11,82	109
Яблоко	130	48,1	0,26	0,39	10,4	179
Итого за завтрак 2	260	97,5	1,14	0,39	22,22	
Обед						
Лук репчатый	10	5,49	0,07	0,5	0,17	122
Свекольник со сметаной на м/б	200	103,01	1,86	4,8	12,34	173
Биточки мясные	65	149	11,59	7,97	3,53	26
Картофельное пюре	164	152,5	3	7,33	20,52	62
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	31,98	0,4	2,42	2,55	123
Компот из сухофруктов	200	107,7	0,54		27,86	103
Хлеб	49	109,03	3,43	0,49	22,14	183
Итого за обед	748	658,71	20,89	23,51	89,11	
Полдник						
Кефир	165	87,45	4,78	4,13	6,6	98
Вафли	35					113
Итого за полдник	200	87,45	4,78	4,13	6,6	
Ужин 1						
Каша рисовая молочная	200	488	15	16	71	81
Чай	200	60,16	0,12		1,8	121
Булка	30	85,18	2,4	0,84	16,62	180
Итого за ужин 1	430	633,34	17,52	16,84	89,42	
Рекомендованный ужин 2						
Итого день	2036	1913,87	62,92	76,09	256,01	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)
 Шеф-повар: _____ (Немазанникова Ю. А.)