

УТВЕРЖДАЮ
заведующий (Люпина Ю. Ф.)
24.04.2025

Меню на 24.04.2025

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											
Яйцо вареное	1	1	0,05	0,05	0,06	0,06	0,03	0,03	0,88	0,88	88
Молочная манная каша	150	200	7,48	9,98	9,77	13,02	35,31	47,1	273	364	51
Каша пшеничная с сахаром (диета)	0	160	0	1,67	0	6,06	0	12,8	0	63,3	83
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,82	5,1	4,8	6,4	10,05	13,4	68,25	91	118
Чай (диета)	0	200	0	0,12	0	0	0	1,8	0	60,16	121
Бутерброд с маслом	35	35	1,71	1,71	1,86	1,86	15,8	15,8	80,46	80,46	181
Итого за завтрак 1	336	796	13,07	18,6	16,49	27,4	61,19	90,9	422,6	659,8	
Завтрак 2											
Яблоко	130	130	0,26	0,26	0,39	0,39	10,4	10,4	48,1	48,1	179
Напиток витаминный	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 с клецками на к/б	150	200	4,38	5,84	3,49	4,68	12,6	16,8	111,2	148,3	160
Котлета куриная	75	85	11,93	13,5	12,62	14,3	4,1	4,65	194	219,9	1
Калуста тушеная	150	164	5,84	6,38	7,19	7,86	26,98	29,5	112,6	123,2	64
Компот из сухофруктов	150	200	0,41	0,54	0	0	20,9	27,9	80,77	107,7	103
Хлеб	40	48	2,8	3,36	0,4	0,48	18,07	21,7	89	106,8	183
Итого за обед	565	697	25,35	29,6	23,7	27,3	82,65	101	587,6	705,8	
Полдник											
Кефир	145	173	4,21	5,02	3,62	4,32	5,8	6,92	76,85	91,69	98
Чай (диета)	0	200	0	0,12	0	0	0	1,8	0	60,16	121
Вафли (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	180	408	4,21	5,14	3,62	4,32	5,8	8,72	76,85	151,9	
Ужин 1											
Сельдь	0	45	0	10,8	0	5,77	0	2,43	0	105,9	22
Тефтели рыбные в томатном соусе	75	0	23	0	26,57	0	4,07	0	144,7	0	37
Картофельное пюре	150	164	2,74	3	6,7	7,33	18,77	20,5	139,5	152,5	62
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	70,98	85,18	180
Итого за ужин 1	400	439	27,83	16,4	33,97	13,94	38,04	41,4	357,1	346,1	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1611	2570	70,72	70	78,17	73,35	198,1	349	1492	3542	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)