

УТВЕРЖДАЮ
заведующий (Люлина Ю. Ф.)
25.04.2025

Меню на 25.04.2025

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											
Сырники	110	122	6,15	6,82	11,5	12,8	15,4	17,13	200,2	222	87
Соус сметанный	20	30	0,52	0,78	2,99	4,49	0,72	1,08	14,82	22,2	141
Каша гречневая с сахаром (диета)	0	160	0	4,46	0	2,37	0	14,67	0	97,9	70
Кофейный напиток на молоке	150	200	3,82	5,1	4,8	6,4	10,1	13,4	68,25	91	118
Чай (диета)	0	200	0	0,12	0	0	0	1,8	0	60,2	121
Бутерброд с маслом	40	40	1,95	1,95	2,13	2,13	18,1	18,06	91,95	92	181
Итого за завтрак 1	320	752	12,4	19,2	21,5	28,2	44,3	66,14	375,2	585	
Завтрак 2											
Сок	155	200	1,05	1,36	0	0	14,1	18,19	58,9	76	109
Итого за завтрак 2	155	200	1,05	1,36	0	0	14,1	18,19	58,9	76	
Обед											
Борщ со сметаной на м/б	150	200	1,58	1,58	4,35	4,35	5,58	5,58	77	77	172
Суфле мясное под сыром	140	156	34,1	38	18,2	20,2	7,64	8,51	141,8	158	23
Картофель тушеный с мясом (диета)	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	35
Икра кабачковая	60	70	0,27	0,31	1,12	1,31	2	2,33	19,71	23	138
Компот из сухофруктов	150	200	0,41	0,54	0	0	20,9	27,86	80,77	108	103
Хлеб	40	51	2,8	3,57	0,4	0,51	18,1	23,04	89	113	183
Итого за обед	540	877	39,1	44	24	26,4	54,2	67,32	408,3	479	
Полдник											
Кефир	150	171	4,35	4,96	3,75	4,28	6	6,84	79,49	90,6	98
Чай (диета)	0	200	0	0,12	0	0	0	1,8	0	60,2	121
Ватрушка с повидлом	70	70	7,47	7,47	12,8	12,8	20,7	20,66	152,5	152	42
Итого за полдник	220	441	11,8	12,6	16,6	17,1	26,7	29,3	232	303	
Ужин 1											
Каша пшенная молочная	150	200	5,3	7,07	4,88	6,5	17,2	22,99	131,3	175	77
Каша пшенная с сахаром (диета)	0	160	0	4,29	0	2,19	0	18,34	0	110	76
Чай	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	1,9	2,54	120
Булка	35	35	2,8	2,8	0,98	0,98	19,4	19,39	99,37	99,4	180
Итого за ужин 1	335	595	8,19	14,3	5,86	9,67	38	62,52	232,5	387	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1570	2865	72,7	91,4	67,9	81,4	177	243,5	1307	1831	

Исполнитель: _____ (Городова И. Б.)