

заведующий УТВЕРЖДАЮ (Люлина Ю. Ф.)
28.05.2025

Меню на 28.05.2025

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											
Пудинг творожный	100	123	5,63	6,92	10,57	13	14,15	17,4	102,1	125,5	90
Соус сметанный	20	30	0,52	0,78	3	4,5	0,72	1,08	32,4	48,6	140
Макароны отварные с сахаром (диета)	140	160	3,06	3,5	2,8	3,2	0,61	0,7	112	128	58
Какао на молоке	150	200	3,82	5,1	4,8	6,4	10,05	13,4	80,25	107	116
Чай (диета)	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,12	60,16	121
Бутерброд с маслом, сыром	47	47	6,05	6,05	7,65	7,65	17,53	17,53	162,7	162,7	182
Итого за завтрак 1	607	760	19,17	22,5	28,82	34,8	44,41	51,91	534,5	632	
Завтрак 2											
Сок	100	130	0,68	0,88	0	0	9,09	11,82	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	22,22	86,1	97,5	
Обед											
Суп гороховый на м/б	150	200	1,39	1,86	4,65	6,2	9,26	12,34	68,63	91,5	147
Биточки мясные	65	65	12,44	12,4	9,24	9,24	3,53	3,53	183	183	36
Капуста 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	27,86	80,77	107,7	103
Хлеб	40	46	2,8	3,22	0,4	0,46	18,07	20,78	88,99	102,4	183
Итого за обед	555	675	22,87	24,4	21,48	23,8	78,73	94,01	534	607,7	
Полдник											
Кефир	145	158	4,2	4,58	3,62	3,95	5,8	6,32	76,85	83,74	98
Чай (диета)	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,12	60,16	121
Булочка сдобная	60	60	4,23	4,23	1,57	1,57	24,95	24,95	185,2	185,2	41
Итого за полдник	355	418	8,52	8,93	5,19	5,52	32,1	33,07	307,2	329,1	
Ужин 1											
Каша гречневая молочная	150	200	7,48	9,98	9,77	13	35,31	47,08	273	364	51
Каша гречневая с сахаром (диета)	140	160	3,9	4,46	2,07	2,37	12,84	14,67	85,66	97,9	70
Чай	150	200	0,09	0,12	0	0	1,35	1,8	45,12	60,16	121
Булка	30	30	2,4	2,4	0,84	0,84	16,62	16,62	85,18	85,18	180
Итого за ужин 1	470	590	13,88	17	12,68	16,2	66,12	80,17	489	607,2	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	2217	2703	65,39	74	68,56	80,7	240,9	281,4	1951	2273	
Исполнитель:  (Беларусь)											

Исполнитель: Городова И. Б.