

Заведующий (Фролова Н.Н.)

Меню на 04.07.2025



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Запеканка творожная	100	130	14,16	18,4	9,72	12,64	11,81	15,35	193,51	251,57	132
повидло яблочное	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0	132
булка	30	30	1,58	1,58	0,15	0,15	9,38	9,38	54	54	132
Масло сливочное	6	7	0,05	0,06	7,96	9,28	0,05	0,06	44,88	52,36	132
Чай с сахаром	150	200	9	12	2,29	3,06	9,75	13	36,96	49,28	132
Итого за завтрак 1	316	397	24,78	32,04	20,12	25,13	30,99	37,79	329,35	407,21	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	46	69	130
Итого за завтрак 2	100	150	0,5	0,75	0,1	0,15	10,1	15,15	46	69	
Обед											
Свекольник со сметаной на мясном бульоне	180	200	3,37	3,74	1,53	1,7	9,16	10,18	65,54	72,82	122
Тефтели в томатном соусе	130	160	24,19	29,78	15,85	19,5	18,01	22,16	318,81	392,38	122
Салат из свежей капусты с огурцами	60	60	0	0	0	0	0	0	0	0	122
Хлеб ржаной	40	50	2,4	3	0,4	0,5	17,74	22,17	75,6	94,5	122
соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	122
Компот из сухофруктов	100	150	0,52	0,78	0	0	13,48	20,22	53,72	80,58	122
Итого за обед	513	623	30,48	37,3	17,78	21,7	58,38	74,73	513,67	640,28	
Полдник											
Кефир	100	150	2,9	4,35	3,2	4,8	4	6	59	88,5	
Вафли	40	40	1,04	1,04	1,32	1,32	30,8	30,8	141,6	141,6	
Итого за полдник	140	190	3,94	5,39	4,52	6,12	34,8	36,8	200,6	230,1	
Ужин 1											
Молочная манная каша	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	132
булка	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0	132
Чай с сахаром	120	200	7,2	12	1,84	3,06	7,8	13	29,57	49,28	132
Итого за ужин 1	330	430	7,2	12	1,84	3,06	7,8	13	29,57	49,28	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1399	1790	66,9	87,48	44,36	56,16	142,08	177,47	1119,2	1395,9	

Исполнитель: старшая мед. сестра _____()