

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Токарева М.В.)
 03.02.2025

Меню на 03.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Яйцо вареное	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,6	56,6
Икра кабачковая	88	108	1,76	2,16	7,92	9,72	7,57	9,29	107,36	131,76
Кофейный напиток	157	196	1,92	2,39	1,15	1,43	19,45	24,28	71,04	88,69
Батон	40	40	3	3	1	1	20,8	20,8	104	104
Итого за завтрак 1	325	384	11,48	12,35	14,07	16,15	48,12	54,67	339	381,05
Завтрак 2										
Витаминный напиток	0	94	0	0	0	0	0	1,93	0	7,52
Сок	120	0	0	0	0	0	13,44	0	53,76	0
Итого за завтрак 2	120	94	0	0	0	0	13,44	1,93	53,76	7,52
Обед										
Суп Гороховый	150	180	3,15	3,78	3,6	4,32	7,1	8,51	80,55	96,66
Печеночно-рисовая запеканка	161	129	19,95	15,98	7,94	6,36	22,01	17,63	239,36	191,78
Салат из квашеной капусты	55	66	0,82	0,98	2,45	2,94	3,82	4,58	40,88	49,06
Хлеб Дарницкий	48	48	3,21	3,21	0,53	0,53	19,68	19,68	96	96
Компот из яблок	156	189	0,12	0,15	0,12	0,15	18,63	22,57	76,13	92,23
Соль	3	4	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	573	616	27,25	24,1	14,64	14,3	71,23	72,97	532,92	525,73
Полдник										
Кефир	143	159	4,29	4,77	3,58	3,98	5,72	6,36	75,79	84,27
Плюшка	80	99	3,92	4,85	2,48	3,07	30,64	37,92	110,4	136,82
Итого за полдник	223	258	8,21	9,62	6,05	7,04	36,36	44,28	186,19	220,89
Ужин 1										
Сырники	96	131	8,07	11,02	9,62	13,13	12,54	17,11	186,34	254,27
Сметанно-молочный соус(сладкий)	35	50	0,49	0,7	1,75	2,5	2,05	2,93	25,93	37,05
Какао	158	189	3,32	3,97	2,86	3,42	13,65	16,33	76,2	91,15
Батон	20	20	1,5	1,5	0,5	0,5	10,4	10,4	52	52
Итого за ужин 1	309	390	13,39	17,19	14,73	19,55	38,64	46,77	340,47	434,48
Итого день	1550	1742	60,32	63,27	49,49	57,04	207,79	220,62	1452,35	1569,67

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)