

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Токарева М.В.)

04.02.2025

Меню на 04.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Молочная пшеничная каша	149	178	4,05	4,84	8,94	10,68	17,69	21,13	101,93	121,77
Кофейный напиток с молоком	147	176	4,26	5,1	4,73	5,67	6,91	8,27	89,67	107,36
Батон с повидлом	44	55	3,26	4,07	1,89	2,37	23,5	29,37	125,66	157,08
Итого за завтрак 1	340	409	11,57	14,02	15,57	18,71	48,09	58,77	317,26	386,21
Завтрак 2										
Яблоко	121	121	0,36	0,36	0	0	11,86	11,86	53,24	53,24
Итого за завтрак 2	121	121	0,36	0,36	0	0	11,86	11,86	53,24	53,24
Обед										
Салат "Зимний" (лук)	18	23	0,24	0,31	1,11	1,42	1,4	1,79	16,58	21,18
Суп Рисовый на м/к бульоне	149	198	3,41	4,53	6,3	8,38	16,35	21,72	101,29	134,6
Капуста тушеная с мясом	155	184	11,87	14,09	10,06	11,94	18,52	21,99	192,93	229,02
Компот из сухофруктов	152	202	0,41	0,55	0	0	20,96	27,86	81,03	107,69
Хлеб Дарницкий	40	51	2,67	3,41	0,44	0,56	16,4	20,91	80	102
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	517	663	18,61	22,89	17,91	22,3	73,63	94,27	471,83	594,49
Полдник										
Кефир	139	163	4,17	4,89	3,47	4,07	5,56	6,52	73,67	86,39
Сухарик	40	50	3,16	3,95	0,4	0,5	19,32	24,15	94	117,5
Морковь кусочком	36	45	0,47	0,58	0,04	0,05	2,48	3,11	12,6	15,75
Итого за полдник	215	258	7,8	9,43	3,91	4,62	27,36	33,77	180,27	219,64
Ужин 1										
Суфле рыбное	104	113	10,82	11,75	6,52	7,09	1,87	2,03	86,53	94,02
Салат из свеклы	55	65	0,78	0,92	3,35	3,96	4,6	5,43	51,65	61,04
Батон	30	40	2,25	3	0,75	1	15,6	20,8	78	104
Чай с молоком	149	168	1,8	2,03	1,34	1,51	17,3	19,5	86,09	97,07
Пряники	38	38	2,39	2,39	0,8	0,8	28,73	28,73	131,48	131,48
Итого за ужин 1	376	424	18,04	20,1	12,76	14,35	68,1	76,5	433,75	487,6
Итого день	1569	1875	56,38	66,79	50,15	59,99	229,04	275,17	1456,35	1741,19

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)