

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Токарева М.В.)

10.02.2025

## Меню на 10.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
<b>Завтрак 1</b>										
Вермешель отварная с сахаром	110	140	4,03	5,12	3,09	3,93	19,34	24,61	121,35	154,45
Чай	150	180	9	10,8	2,29	2,75	9,75	11,7	36,96	44,35
Батон	20	30	1,5	2,25	0,5	0,75	10,4	15,6	52	78
Яблоко	101	85	0,3	0,26	0	0	9,9	8,33	44,44	37,4
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>381</b>	<b>435</b>	<b>14,83</b>	<b>18,43</b>	<b>5,89</b>	<b>7,44</b>	<b>49,39</b>	<b>60,24</b>	<b>254,75</b>	<b>314,2</b>
<b>Завтрак 2</b>										
Морковь тертая	90	100	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>90</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>										
Салат "Зимний" (лук)	16	27	0,21	0,36	0,99	1,67	1,25	2,1	14,74	24,87
Суп Полевой	152	182	4,26	5,1	3,19	3,82	50,01	59,88	133,76	160,16
Печеночно-рисовая запеканка	133	155	16,48	19,2	6,56	7,64	18,18	21,19	197,73	230,44
Салат из квашеной капусты	64	77	0,95	1,14	2,85	3,43	4,44	5,34	47,57	57,23
Хлеб Дарницкий	46	57	3,07	3,81	0,51	0,63	18,86	23,37	92	114
Сок	152	182	0	0	0	0	17,02	20,38	68,1	81,54
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>566</b>	<b>685</b>	<b>24,97</b>	<b>29,61</b>	<b>14,1</b>	<b>17,19</b>	<b>109,76</b>	<b>132,27</b>	<b>553,89</b>	<b>668,24</b>
<b>Полдник</b>										
Кефир	197	204	5,91	6,12	4,93	5,1	7,88	8,16	104,41	108,12
Горячий бутерброд с сыром	41	59	5,48	7,88	6,93	9,97	15,9	22,88	147,6	212,4
<b>Итого за полдник</b>	<b>238</b>	<b>263</b>	<b>11,39</b>	<b>14</b>	<b>11,85</b>	<b>15,07</b>	<b>23,78</b>	<b>31,04</b>	<b>252,01</b>	<b>320,52</b>
<b>Ужин 1</b>										
Ленивые вареники	95	132	10,74	14,92	11,35	15,77	11,07	15,38	188,58	262,02
Сметанно-молочный соус(сладкий)	42	48	0,59	0,68	2,1	2,4	2,47	2,82	31,12	35,57
Кофейный напиток на молоке	166	208	3,8	4,76	4,18	5,24	17,85	22,36	120,63	151,15
Батон	20	20	1,5	1,5	0,5	0,5	10,4	10,4	52	52
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>323</b>	<b>408</b>	<b>16,63</b>	<b>21,86</b>	<b>18,14</b>	<b>23,92</b>	<b>41,78</b>	<b>50,96</b>	<b>392,33</b>	<b>500,74</b>
<b>Итого день</b>	<b>1598</b>	<b>1891</b>	<b>67,82</b>	<b>83,9</b>	<b>49,97</b>	<b>63,62</b>	<b>224,7</b>	<b>274,5</b>	<b>1452,99</b>	<b>1803,7</b>

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Мусаева М.В.)