

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Токарева М.В.)

10.06.2025

Меню на 10.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/г ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Творожная запеканка	101	133	16,26	9,87	10,23	8,03	13,33	17,87	218,04	148,07
Сметанно-молочный соус(сладкий)	44	55	1,2	0,78	5,88	2,75	12,9	3,23	108,15	40,75
Молоко	152	101	4,64	3,08	4,13	2,75	7,68	5,1	86,14	57,24
Батон	35	40	2,63	3	0,88	1	18,2	20,8	91	104
Итого за завтрак 1	332	329	24,72	16,72	21,12	14,53	52,11	37	503,33	350,06
Завтрак 2										
Яблоко	120	115	0,36	0,35	0	0	11,76	11,27	52,8	50,6
Итого за завтрак 2	120	115	0,36	0,35	0	0	11,76	11,27	52,8	50,6
Обед										
Борщ со сметаной на м/к бульоне	150	190	8,7	11,02	9,45	11,97	19,03	24,11	133,79	169,46
Картофельное пюре	141	172	3,06	3,73	2,99	3,65	7,56	9,22	104,34	127,28
Гуляш мясной	70	80	4,48	5,12	7,42	8,48	7,91	9,04	87,5	100
Огурец свежий	33	49	0,26	0,39	0	0	0,99	1,47	4,95	7,35
Хлеб Дарницкий	0	55	0	3,67	0	0,61	0	22,55	0	110
Хлеб Дарницкий	44	0	2,9	0	0,48	0	18,04	0	88	0
Компот из сухофруктов	158	210	0,43	0,94	0	0	21,79	15,71	84,23	112,81
Соль	4	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	600	759	19,83	24,88	20,34	24,7	75,32	82,1	502,8	626,9
Полдник										
Кефир	189	252	5,24	7,56	4,67	6,3	7,48	10,08	93,56	133,56
Батон	30	50	2,25	3,75	0,75	1,25	15,6	26	78	130
Итого за полдник	219	302	7,49	11,31	5,42	7,55	23,08	36,08	171,56	263,56
Ужин 1										
Суфле рыбное	86	114	14,1	11,86	10,55	7,15	2,41	2,05	160,54	94,85
Огурец свежий	33	49	0,26	0,39	0	0	0,99	1,47	4,95	7,35
Батон	30	40	2,25	3	0,75	1	15,6	20,8	78	104
Кофейный напиток на молоке	152	192	3,48	4,4	3,83	4,84	16,34	20,64	110,46	139,53
Итого за ужин 1	301	395	20,1	19,64	15,13	12,99	35,34	44,96	353,94	345,72
Рекомендованный ужин 2										
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого день	1572	1900	72,5	72,91	62,01	59,77	197,61	211,41	1584	1637

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)