

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Токарева М.В.)

11.02.2025

## Меню на 11.02.2025

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>										
Молочная гречневая каша	154	173	5,37	6,04	8,02	9,01	19,25	21,63	171,23	192,36
Какао	136	165	2,86	3,46	2,46	2,99	11,75	14,26	65,59	79,58
Батон с маслом	35	45	2,91	3,74	1,51	1,94	19,35	24,88	98	126
<b>Итого за завтрак 1</b>	<b>325</b>	<b>383</b>	<b>11,14</b>	<b>13,24</b>	<b>11,99</b>	<b>13,93</b>	<b>50,36</b>	<b>60,77</b>	<b>334,83</b>	<b>397,94</b>
<b>Завтрак 2</b>										
Витаминный напиток	0	100	0	0	0	0	0	2,05	0	8
Сок	100	0	0	0	0	0	11,2	0	44,8	0
<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11,2</b>	<b>2,05</b>	<b>44,8</b>	<b>8</b>
<b>Обед</b>										
Рассольник со сметаной (с рисом) на м/к бульоне	165	209	3,35	4,24	4,62	5,85	26,81	33,96	157,11	199,01
Суфле мясное	118	128	15,8	17,14	5,99	6,5	12,2	13,24	125,67	136,32
Салат из квашеной капусты	62	82	0,92	1,22	2,77	3,66	4,3	5,69	46,09	60,95
Хлеб Дарницкий	39	49	2,61	3,27	0,43	0,54	15,99	20,09	78	98
Компот из сухофруктов	158	198	0,71	0,89	0	0	11,82	14,81	84,88	106,37
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Итого за обед</b>	<b>545</b>	<b>671</b>	<b>23,39</b>	<b>26,77</b>	<b>13,81</b>	<b>16,55</b>	<b>71,12</b>	<b>87,79</b>	<b>491,75</b>	<b>600,65</b>
<b>Полдник</b>										
Кефир	188	215	5,64	6,45	4,7	5,38	7,52	8,6	99,64	113,95
Сухарик	36	36	2,84	2,84	0,36	0,36	17,39	17,39	84,6	84,6
Морковь тертая с сахаром	30	30	0,39	0,39	0,02	0,02	3,15	3,15	13,5	13,5
<b>Итого за полдник</b>	<b>254</b>	<b>281</b>	<b>8,87</b>	<b>9,68</b>	<b>5,08</b>	<b>5,76</b>	<b>28,06</b>	<b>29,14</b>	<b>197,74</b>	<b>212,05</b>
<b>Ужин 1</b>										
Тефтели рыбные	130	155	4,02	4,79	5,45	6,49	2,82	3,36	121,52	144,89
Капуста тушеная	64	85	1,33	1,77	2,12	2,82	2,98	3,95	47,87	63,58
Батон	27	36	2,03	2,7	0,68	0,9	14,04	18,72	70,2	93,6
Чай с молоком	146	173	1,77	2,09	1,31	1,56	16,95	20,09	84,36	99,96
Пряники	40	40	2,52	2,52	0,84	0,84	30,24	30,24	138,4	138,4
<b>Итого за ужин 1</b>	<b>407</b>	<b>489</b>	<b>11,66</b>	<b>13,87</b>	<b>10,4</b>	<b>12,61</b>	<b>67,03</b>	<b>76,36</b>	<b>462,35</b>	<b>540,43</b>
<b>Итого день</b>	<b>1631</b>	<b>1924</b>	<b>55,06</b>	<b>63,56</b>	<b>41,28</b>	<b>48,86</b>	<b>227,76</b>	<b>256,1</b>	<b>1531,47</b>	<b>1759,07</b>

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