

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Токарева М.В.)
11.08.2025

Меню на 11.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/д, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Молочная вермишель	168	190	3,86	4,37	4,2	4,75	8,94	10,11	89,91	101,69
Чай	150	180	9	10,8	2,29	2,75	9,75	11,7	36,96	44,35
Батон с маслом	50	50	4,15	4,15	2,15	2,15	27,65	27,65	140	140
Итого за завтрак 1	368	420	17,01	19,32	8,65	9,65	46,34	49,46	266,87	286,04
Завтрак 2										
Молоко	160	173	4,88	5,28	4,35	4,71	8,08	8,74	90,67	98,04
Батон с повидлом	51	51	3,77	3,77	2,19	2,19	27,23	27,23	145,66	145,66
Итого за завтрак 2	211	224	8,65	9,05	6,55	6,9	35,31	35,97	236,33	243,7
Обед										
Суп овощной со сметаной	149	188	2,85	3,59	4,37	5,51	12,2	15,4	153,47	193,64
Капуста тушеная	157	176	3,27	3,66	5,21	5,84	7,3	8,18	117,44	131,65
Печеночно-рисовая запеканка	95	112	11,77	13,88	4,68	5,52	12,99	15,31	141,24	166,51
Огурец свежий	33	38	0,26	0,3	0	0	0,99	1,14	4,95	5,7
Хлеб Дарницкий	44	55	2,94	3,67	0,48	0,61	18,04	22,55	88	110
Компот из яблок	149	168	0,12	0,13	0,12	0,13	17,79	20,06	72,71	81,98
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	630	740	21,2	25,24	14,86	17,61	69,31	82,64	577,8	689,48
Полдник										
Яйцо вареное	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,6	56,6
Икра кабачковая	82	90	1,64	1,8	7,38	8,1	7,05	7,74	100,04	109,8
Батон	40	40	3	3	1	1	20,8	20,8	104	104
Кисель яблочный	153	194	0,93	1,18	0	0	19,98	25,34	79,99	101,42
Итого за полдник	315	364	10,37	10,78	12,38	13,1	48,13	54,18	340,63	371,82
Ужин 1										
Кефир	238	253	7,14	7,59	5,96	6,32	9,52	10,12	126,14	134,09
Ватрушка	123	123	5,87	5,87	7,97	7,97	6,54	6,54	320,05	320,05
Итого за ужин 1	361	376	13,01	13,46	13,92	14,3	16,06	16,66	446,19	454,14
Рекомендованный ужин 2										
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого день	1885	2124	70,25	77,85	56,36	61,66	215,16	238,91	1858	2045

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)