

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Токарева М.В.)
 12.02.2025

Меню на 12.02.2025

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 вермишель	161	182	3,7	4,19	4,03	4,55	8,57	9,68	86,17	97,41
Кофейный напиток с молоком	156	198	2,43	3,09	2,07	2,63	11,06	14,04	65,01	82,51
Горячий бутерброд с сыром	43	49	5,74	6,55	7,27	8,28	16,68	19	154,8	176,4
Итого за завтрак 1	360	429	11,88	13,82	13,37	15,46	36,3	42,72	305,97	356,31
Завтрак 2										
Сок	113	126	0	0	0	0	12,66	14,11	50,62	56,45
Итого за завтрак 2	113	126	0	0	0	0	12,66	14,11	50,62	56,45
Обед										
Суп овощной со сметаной на м/к бульоне	164	205	3,13	3,92	4,81	6,01	13,43	16,79	168,92	211,15
Каша гречневая с маслом	100	130	1,7	2,21	4,82	6,27	19,45	25,29	94,46	122,8
Гуляш мясной	75	104	4,8	6,66	7,95	11,02	8,48	11,75	93,75	130
Солёный огурец	43	54	0,09	0,11	0	0	0,17	0,22	1,42	1,78
Хлеб Дарницкий	40	50	2,67	3,34	0,44	0,55	16,4	20,5	80	100
Компот из яблок	168	192	0,13	0,15	0,13	0,15	20,06	22,92	81,98	93,7
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	593	740	12,52	16,38	18,15	24	77,99	97,47	520,53	659,43
Полдник										
Кефир	215	231	6,45	6,93	5,38	5,78	8,6	9,24	113,95	122,43
Ватрушка	103	115	4,91	5,49	6,67	7,45	5,48	6,12	268,01	299,23
Итого за полдник	318	346	11,36	12,42	12,05	13,23	14,08	15,36	381,96	421,66
Ужин 1										
Запеканка рыбная	108	119	8,12	8,95	4,68	5,15	10,55	11,63	108,6	119,67
Икра кабачковая	80	90	1,6	1,8	7,2	8,1	6,88	7,74	97,6	109,8
Батон	31	31	2,33	2,33	0,78	0,78	16,12	16,12	80,6	80,6
Кисель яблочный	182	216	1,11	1,32	0	0	23,77	28,21	95,15	112,92
Пряники	39	39	2,46	2,46	0,82	0,82	29,48	29,48	134,94	134,94
Итого за ужин 1	440	495	15,61	16,85	13,47	14,85	86,8	93,18	516,89	557,93
Итого день	1824	2136	51,38	59,47	57,04	67,54	227,83	262,84	1775,98	2051,78

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)