

Заведующий  (Токарева М.В.)



Меню на 13.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Лапшевник	0	182	0	15,63	0	13,69	0	36,64	0	332,3
Творожная запеканка	155	0	11,5	0	9,36	0	9,18	0	172,56	0
Сметанно-молочный соус(сладкий)	48	61	0,68	0,86	2,4	3,05	2,82	3,58	35,57	45,2
Кофейный напиток с молоком	156	208	2,43	3,24	2,07	2,77	11,06	14,75	65,01	86,67
Батон	21	26	1,58	1,95	0,53	0,65	10,92	13,52	54,6	67,6
Итого за завтрак 1	380	477	16,19	21,69	14,36	20,15	33,97	68,48	327,73	531,77
Завтрак 2										
Молоко	98	109	2,99	3,32	2,67	2,96	4,95	5,5	55,54	61,77
Печенье сахарное	28	28	2,1	2,1	4,2	4,2	19,32	19,32	123,2	123,2
Итого за завтрак 2	126	137	5,09	5,42	6,87	7,16	24,27	24,82	178,74	184,97
Обед										
Щи из квашеной капусты со сметаной на м/к бульоне	169	215	3,59	4,57	5,51	7,01	11,09	14,11	107,59	136,87
Картофельное пюре	102	113	2,21	2,45	2,16	2,4	5,47	6,06	75,48	83,62
Домашняя котлета (мясная)	88	118	6,78	9,09	7,57	10,15	6,27	8,41	102,08	136,88
Соленый огурец	36	48	0,07	0,1	0	0	0,14	0,19	1,19	1,58
Хлеб Дарницкий	38	47	2,54	3,14	0,42	0,52	15,58	19,27	76	94
Компот из сухофруктов	156	187	0,7	0,84	0	0	11,67	13,99	83,8	100,46
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	592	733	15,89	20,19	15,66	20,07	50,22	62,03	446,14	553,41
Полдник										
Кефир	161	186	4,83	5,58	4,03	4,65	6,44	7,44	85,33	98,58
Пирожок с яблоком	138	153	8,97	9,95	14,74	16,34	51,64	57,25	399,48	442,9
Итого за полдник	299	339	13,8	15,53	18,76	20,99	58,08	64,69	484,81	541,48
Ужин 1										
Омлет	119	139	9,34	10,91	10,78	12,59	3,82	4,46	148,67	173,65
Капуста тушеная	64	90	1,33	1,87	2,12	2,99	2,98	4,19	47,87	67,32
Батон	42	52	3,15	3,9	1,05	1,3	21,84	27,04	109,2	135,2
Какао	155	175	3,25	3,67	2,81	3,17	13,39	15,12	74,76	84,4
Итого за ужин 1	380	456	17,08	20,36	16,76	20,05	42,03	50,81	380,5	460,58
Итого день	1777	2142	68,05	83,18	72,41	88,43	208,57	270,84	1817,92	2272,21

Исполнитель: Медсестра  (Мусаева М.В.)