

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Токарева М.В.)
13.05.2025

Меню на 13.05.2025

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 гречневая каша	136	153	4,75	5,34	7,09	7,97	17	19,13	151,22	170,12
Какао	127	155	2,67	3,25	2,3	2,81	10,97	13,39	61,25	74,76
Батон с маслом	36	46	2,99	3,82	1,55	1,98	19,91	25,44	100,8	128,8
Итого за завтрак 1	299	354	10,4	12,41	10,93	12,75	47,88	57,96	313,27	373,68
Завтрак 2										
Витаминный напиток	0	103	0	0	0	0	0	2,11	0	8,24
Чай	100	0	6	0	1,53	0	6,5	0	24,64	0
Итого за завтрак 2	100	103	6	0	1,53	0	6,5	2,11	24,64	8,24
Обед										
Суп Крестьянский (пшеничный) на м/к бульоне	144	182	2,92	3,69	1,66	2,09	9,89	12,5	90,58	114,48
Суфле мясное	75	82	10,04	10,98	3,81	4,17	7,76	8,48	79,88	87,33
Икра кабачковая	57	76	1,14	1,52	5,13	6,84	4,9	6,54	69,54	92,72
Хлеб Дарницкий	37	46	2,47	3,07	0,41	0,51	15,17	18,86	74	92
Компот из сухофруктов	155	196	0,7	0,88	0	0	11,59	14,66	83,27	105,29
Соль	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	470	584	17,27	20,15	11	13,6	49,31	61,04	397,26	491,82
Полдник										
Кефир	154	177	4,62	5,31	3,85	4,43	6,16	7,08	81,62	93,81
Пирожок с яблоком	108	120	7,02	7,8	11,53	12,82	40,41	44,9	312,64	347,38
Итого за полдник	262	297	11,64	13,11	15,38	17,24	46,57	51,98	394,26	441,19
Ужин 1										
Тефтели рыбные	82	97	2,53	3	3,44	4,06	1,78	2,1	76,65	90,68
Икра свекольно-морковная	63	83	1,28	1,68	4,72	6,22	5,59	7,36	67,87	89,42
Батон	28	36	2,1	2,7	0,7	0,9	14,56	18,72	72,8	93,6
Чай с молоком	128	153	1,55	1,85	1,15	1,38	14,86	17,76	73,96	88,4
Итого за ужин 1	301	369	7,46	9,23	10,01	12,56	36,79	45,95	291,28	362,09
Итого день	1432	1707	52,78	54,91	48,86	56,16	187,06	219,04	1420,71	1677,02

Исполнитель: Медсестра (Мусаева М.В.)