

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Токарева М.В.)

14.02.2025

Меню на 14.02.2025

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 рисовая каша	197	236	4,63	5,55	10,84	12,98	25,14	30,11	234,88	281,38
Какао	176	211	3,7	4,43	3,19	3,82	15,21	18,23	84,88	101,77
Батон с маслом	31	39	2,57	3,24	1,33	1,68	17,14	21,57	86,8	109,2
Итого за завтрак 1	404	486	10,9	13,21	15,35	18,48	57,49	69,91	406,57	492,35
Завтрак 2										
Яблоко	112	112	0,34	0,34	0	0	10,98	10,98	49,28	49,28
Итого за завтрак 2	112	112	0,34	0,34	0	0	10,98	10,98	49,28	49,28
Обед										
Салат "Зимний" (лук)	23	29	0,31	0,39	1,42	1,79	1,79	2,26	21,18	26,71
Суп с клецками на курином бульоне	152	182	2,55	3,06	2,83	3,39	13,82	16,54	92,72	111,02
Капуста тушеная	126	148	2,62	3,08	4,18	4,91	5,86	6,88	94,25	110,7
Домашняя котлета (куриная)	71	0	9,03	0	9,29	0	9,68	0	94,66	0
Куры отварные(сад)	0	74	0	18,28	0	14,13	0	8,58	0	230,14
Хлеб Дарницкий	38	48	2,54	3,21	0,42	0,53	15,58	19,68	76	96
Компот из сухофруктов	156	189	0,7	0,85	0	0	11,67	14,14	83,8	101,53
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	569	675	17,75	28,86	18,14	24,75	58,39	68,09	462,62	676,1
Полдник										
Кефир	171	191	5,13	5,73	4,28	4,77	6,84	7,64	90,63	101,23
Сухарик	23	30	1,82	2,37	0,23	0,3	11,11	14,49	54,05	70,5
Морковь тертая с сахаром	42	53	0,55	0,69	0,03	0,04	4,41	5,57	18,9	23,85
Итого за полдник	236	274	7,49	8,79	4,54	5,12	22,36	27,69	163,58	195,58
Ужин 1										
Винегрет	132	157	1,03	1,22	12,76	15,18	6,85	8,15	146,12	173,8
Сельдь с/с	36	40	6,3	7	0,72	0,8	0	0	31,68	35,2
Батон	23	30	1,73	2,25	0,58	0,75	11,96	15,6	59,8	78
Кисель из сока	159	191	0,97	1,17	0	0	20,77	24,95	83,12	99,85
Пряники	32	31	2,02	1,95	0,67	0,65	24,19	23,44	110,72	107,26
Итого за ужин 1	382	449	12,04	13,59	14,73	17,38	63,77	72,13	431,45	494,11
Итого день	1703	1996	48,52	64,79	52,76	65,73	212,99	248,8	1513,5	1907,4

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)