



Меню на 17.06.2025

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 геркулесовая каша	147	196	5,25	7	5,44	7,25	13,16	17,54	118,78	158,37
Кофейный напиток с молоком	149	198	2,32	3,09	1,98	2,63	10,56	14,04	62,09	82,51
Горячий бутерброд с сыром	37	37	4,94	4,94	6,25	6,25	14,35	14,35	133,2	133,2
Итого за завтрак 1	333	431	12,52	15,03	13,67	16,14	38,07	45,93	314,06	374,07
Завтрак 2										
Яблоко	116	116	0,35	0,35	0	0	11,37	11,37	51,04	51,04
Итого за завтрак 2	116	116	0,35	0,35	0	0	11,37	11,37	51,04	51,04
Обед										
Борщ со сметаной на м/х бульоне	150	192	8,7	11,14	9,45	12,1	19,03	24,36	133,79	171,24
Плов	162	162	14,82	14,82	11,38	11,38	24,82	24,82	284,31	284,31
Огурец свежий	38	56	0,3	0,45	0	0	1,14	1,68	5,7	8,4
Хлеб Дарницкий	41	52	2,74	3,47	0,45	0,57	16,81	21,32	82	104
Компот из сухофруктов	156	187	0,7	0,84	0	0	11,67	13,99	83,8	100,46
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	550	652	27,26	30,72	21,28	24,05	73,47	86,17	589,6	668,41
Полдник										
Кефир	146	174	4,38	5,22	3,65	4,35	5,84	6,96	77,38	92,22
Сушарик	26	26	2,05	2,05	0,26	0,26	12,56	12,56	61,1	61,1
Итого за полдник	172	200	6,43	7,27	3,91	4,61	18,4	19,52	138,48	153,32
Ужин 1										
Тефтели рыбные	88	106	2,72	3,28	3,69	4,44	1,91	2,3	82,26	99,09
Салат из свеклы	60	70	0,85	0,99	3,65	4,28	5,02	5,85	56,34	65,73
Батон	22	22	1,65	1,65	0,55	0,55	11,44	11,44	57,2	57,2
Чай	150	180	9	10,8	2,29	2,75	9,75	11,7	38,96	44,35
Итого за ужин 1	320	378	14,22	16,72	10,19	12,01	28,12	31,29	232,76	266,37
Рекомендованный ужин 2										
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого день	1491	1777	60,78	70,09	49,05	56,8	169,42	194,28	1326	1513

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)