


Заведующий  (Токарева М.В.)

Меню на 20.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Творожно -морковный пудинг	121	141	5,24	6,11	6,74	7,85	18,44	21,49	160,98	187,59
Сметанно-молочный соус(сладкий)	47	59	0,66	0,83	2,35	2,95	2,76	3,46	34,83	43,72
Молоко	156	187	4,76	5,7	4,24	5,09	7,88	9,44	88,41	105,97
Батон	24	24	1,8	1,8	0,6	0,6	12,48	12,48	62,4	62,4
Итого за завтрак 1	348	411	12,46	14,44	13,93	16,49	41,56	46,88	346,61	399,68
Завтрак 2										
Яблоко	100	120	0,3	0,36	0	0	9,8	11,76	44	52,8
Итого за завтрак 2	100	120	0,3	0,36	0	0	9,8	11,76	44	52,8
Обед										
Суп овощной со сметаной на м/к бульоне	160	200	3,06	3,82	4,69	5,86	13,1	16,38	164,8	206
Картофель тушеный с мясом	144	185	15,58	20,02	11,98	15,39	15,26	19,61	228,84	294
Соленый огурец	40	50	0,08	0,1	0	0	0,16	0,2	1,32	1,65
Компот из яблок	149	178	0,12	0,14	0,12	0,14	17,79	21,25	72,71	86,86
Хлеб Дарницкий	38	48	2,54	3,21	0,42	0,53	15,58	19,68	76	96
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	534	666	21,37	27,29	17,21	21,92	61,9	77,12	543,68	684,52
Полдник										
Кефир	140	156	4,2	4,68	3,5	3,9	5,6	6,24	74,2	82,68
Батон с повидлом	50	62	3,7	4,59	2,15	2,67	26,7	33,11	142,8	177,07
Итого за полдник	190	218	7,9	9,27	5,65	6,57	32,3	39,35	217	259,75
Ужин 1										
Печеночная запеканка	90	109	7,2	8,72	5,49	6,65	3,42	4,14	108,54	131,45
Икра кабачковая	117	117	2,34	2,34	10,53	10,53	10,06	10,06	142,74	142,74
Батон	29	38	2,17	2,85	0,73	0,95	15,08	19,76	75,4	98,8
Кофейный напиток на молоке	155	185	3,55	4,24	3,91	4,66	16,66	19,89	112,64	134,44
Итого за ужин 1	391	449	15,26	18,15	20,65	22,79	45,22	53,85	439,32	507,43
Рекомендованный ужин 2										
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого день	1563	1864	57,3	69,5	57,44	67,77	190,78	228,96	1590,6	1904,2

Исполнитель: Медсестра  (Мусаева М.В.)