



Меню на 20.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1									
Молочная манная каша	161	216	2,45	3,28	4,52	6,07	3,12	4,19	96,08
Кофейный напиток с молоком	158	210	2,46	3,28	2,1	2,79	11,2	14,89	65,84
Батон	15	15	1,13	1,13	0,38	0,38	7,8	7,8	39
Итого за завтрак 1	334	441	6,04	7,68	7	9,24	22,13	26,88	200,92
Завтрак 2									
Яблоко	114	114	0,34	0,34	0	0	11,17	11,17	50,16
Итого за завтрак 2	114	114	0,34	0,34	0	0	11,17	11,17	50,16
Обед									
Свекольник со сметаной на м/х бульоне	131	174	1,01	1,34	1,81	2,4	16,99	22,57	68,02
Вермишель отварная	130	155	6,07	6,05	5,33	6,35	27,09	32,3	179,73
Биточки мясные	48	53	4	4,61	2,31	2,67	4,8	5,53	57,96
Огурец свежий	32	47	0,26	0,38	0	0	0,96	1,41	4,8
Хлеб Дарницкий	0	47	0	3,14	0	0,52	0	19,27	0
Хлеб Дарницкий	38	0	2,51	0	0,42	0	15,58	0	76
Компот из сухофруктов	155	208	0,7	0,94	0	0	11,59	15,56	83,27
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0
Итого за обед	535	687	13,54	16,45	9,87	11,94	77,01	96,84	469,77
Полдник									
Кефир	162	172	4,86	5,16	4,05	4,3	6,48	6,88	85,86
Батон	30	30	2,25	2,25	0,75	0,75	15,6	15,6	78
Итого за полдник	192	202	7,11	7,41	4,8	5,05	22,08	22,48	163,86
Ужин 1									
Яйцо вареное	40	40	4,8	4,8	4	4	0,3	0,3	56,8
Икра кабачковая	80	88	1,6	1,76	7,2	7,92	6,88	7,57	97,6
Батон	23	23	1,73	1,73	0,58	0,58	11,96	11,96	59,8
Чай	150	180	9	10,8	2,29	2,75	9,75	11,7	38,96
Итого за ужин 1	293	331	17,13	19,09	14,07	15,25	28,89	31,53	250,96
Рекомендованный ужин 2									
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого день	1468	1775	44,16	50,97	35,74	41,48	161,28	188,7	1136

Исполнитель: Медсестра _____ (Мусаева М.В.)