

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Никишина Н.Н.)
30.07.2025

Меню на 30.07.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
Запеканка творожная с сыром	150	284,34	20,63	15,28	16,31
Соус сметанный сладкий	30	69,8	1	3,8	8
Какао на цельном молоке	150	104,37	4,82	4,18	11,84
Итого за завтрак 1	330	458,51	26,44	23,27	36,15
Завтрак 2					
Яблоки свежие	105	43,24	0,3		10,44
Итого за завтрак 2	105	43,24	0,3		10,44
Обед					
Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	202,92	6,24	10,34	21,17
Тефтели мясо-крупяные с соусом (Вариант 2)	150	339,5	13,5	20,9	24,4
Огурцы свежие	45	4,5	0,31		0,81
Хлеб ржано-пшеничный	43	88,58	2,84	0,51	17,63
Компот из свежих яблок	150	131,1	0,12	0,12	17,91
Итого за обед	588	766,6	23,01	31,87	81,92
Полдник					
Кефир	172	91,16	4,99	4,3	6,88
Крендель "Сахарный"	54	231,3	5,1	9,5	31,3
Итого за полдник	226	322,46	10,09	13,8	38,18
Ужин 1					
Каша гречневая на цельном молоке	200	199,6	7	8,5	23,7
Бутерброд с сыром	50	135,2	6,57	4,61	16,86
Чай с сахаром	150	16,5			4,17
Итого за ужин 1	400	351,3	13,57	13,11	44,73
Рекомендованный ужин 2					
Итого день	1649	1942,11	73,41	82,04	211,42

Исполнитель: Медсестра _____ (Яковлева И.А.)

Шеф-повар: _____ (Данильченко А.А.)

№ рецептуры
54
55
69
33
58
61
41
16
43
18
74
147
127
8