

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Никишина Н.Н.)
04.07.2025

Меню на 04.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецепт
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша гречневая на цельном молоке	180	200	6,3	7	7,65	8,5	21,33	23,7	179,64	199,6	147
Каша гречневая с маслом и сахаром (Диета)	0	130	0	5,11	0	4,16	0	31,81	0	185,55	82
Яйца вар,ные (Диета)	0	50	0	6,35	0	5,75	0	0,35	0	78,75	27
Батон	35	50	2,63	3,75	1,05	1,5	18,2	26	94,5	135	25
Кофейный напиток с молоком	150	180	3,17	3,8	2,75	3,3	10,17	12,2	78	93,6	
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Итого за завтрак 1	365	790	12,09	26,01	11,45	23,21	49,7	99,06	352,14	712,3	
Завтрак 2											
Сок фруктовый	0	200	0	0,2	0	0,2	0	23,2	0	94	178
Сок фруктовый (Ясли)	100	0	0,1	0	0,1	0	11,6	0	47	0	178
Итого за завтрак 2	100	200	0,1	0,2	0,1	0,2	11,6	23,2	47	94	
Обед											
Свекольник на курином бульоне с яйцом	180	200	5,76	6,4	8,55	9,5	22,23	24,7	188,64	209,6	187
Суфле куриное запеченное	100	100	12,31	12,31	12,66	12,66	5,03	5,03	182,14	182,14	
Салат из белокочанной капусты	60	80	0,98	1,3	3,75	5,01	3,3	4,4	50,85	67,81	89
Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	16,4	20,5	82,4	103	16
Компот из сухофруктов	150	180	0,33	0,4	0,02	0,02	20,82	24,98	84,75	101,7	17
Итого за обед	530	610	22,02	23,71	25,46	27,79	67,78	79,61	588,78	664,25	
Полдник											
Кефир	160	193	4,64	5,6	4	4,83	6,4	7,72	84,8	102,29	18
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Крендель "Сахарный"	48	54	4,53	5,1	8,44	9,5	27,82	31,3	205,6	231,3	74
Итого за полдник	208	427	9,17	10,7	12,44	14,33	34,22	44,02	290,4	353,39	
Ужин 1											
Каша пшенная с яблоками с добавлением молока	140	160	4,73	5,4	5,42	6,2	36,57	41,8	214,46	245,1	145
Пш,нная каша с яблоками (Диета)	0	160	0	3,3	0	4,4	0	26	0	156,6	56
Батон	35	43	2,63	3,23	1,05	1,29	18,2	22,36	94,5	116,1	25
Чай с сахаром	150	180	0	0	0	0	4,17	5	16,5	19,8	9
Итого за ужин 1	325	543	7,35	11,93	6,47	11,89	58,94	95,16	325,46	537,6	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1528	2570	50,74	72,55	55,93	77,41	222,24	341,05	1603,8	2361,5	

Исполнитель:
Медсестра _____(
Яковлева И.А.)