

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Никишина Н.Н.)
17.04.2025

Меню на 17.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ реце
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша манная молочная	180	200	5,75	6,39	5,16	5,73	28,75	31,94	184,5	205	66
Каша рисовая с яблоками (Диета)	0	160	0	2,7	0	5,2	0	35,3	0	198,9	65
Батон	35	40	2,63	3	1,05	1,2	18,2	20,8	94,5	108	25
Кофейный напиток	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	760	11,54	15,89	8,96	15,43	57,11	105,24	357	625,3	
Завтрак 2											
Яблоки свежие	110	110	0,31	0,31	0	0	10,94	10,94	45,3	45,3	33
Итого за завтрак 2	110	110	0,31	0,31	0	0	10,94	10,94	45,3	45,3	
Обед											
Борщ на овощном отваре со сметаной	180	200	5,62	6,24	9,31	10,34	19,05	21,17	182,63	202,92	58
10.Хлебцы б/глутена (Диета)	0	45	0	7,2	0	3,15	0	31,95	0	139,95	6
11.Компот из свежих яблок	150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	17,91	21,49	131,1	157,32	43
Суп овощной на мясном бульоне (Диета)	0	200	0	8,3	0	8,8	0	15,6	0	174,6	136
Макаронник с мясом	0	150	0	18,7	0	14	0	26,9	0	307,6	79
Гуляш из отварного мяса говядины б/муки (Диета)	0	90	0	15,25	0	15,04	0	3,18	0	208,8	37
Макароны б/глутена отварные с маслом сливочным (Диета)	0	130	0	4,47	0	4,37	0	30,99	0	180,54	51
Гуляш из отварного мяса говядины (Ясли)	80	0	12,98	0	11,73	0	3,82	0	172,36	0	167
Макароны отварные с маслом (Ясли)	94	0	3,11	0	3,04	0	21,55	0	125,53	0	105
Помидоры соленые	20	30	0,34	0,51	0	0	0,36	0,54	2,8	4,2	92
Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	16,4	20,5	82,4	103	16
Итого за обед	564	1075	24,8	64,11	24,67	56,43	79,09	172,32	696,81	1478,9	
Полдник											
Кисель из сока натурального	180	200	0,81	0,9	0	0	27,45	30,5	112,68	125,2	73
Сок фруктовый (Диета)	0	200	0	0,2	0	0,2	0	23,2	0	94	11
Печенье	20	20	1,28	1,28	3,9	3,9	9,56	9,56	78,4	78,4	5
Итого за полдник	200	420	2,09	2,38	3,9	4,1	37,01	63,26	191,08	297,6	
Ужин 1											
Запеканка творожная	130	150	16,41	18,93	10,81	12,47	14,14	16,31	219,54	253,31	130
Пудинг из творога с рисом	0	150	0	20,89	0	14,14	0	21,11	0	295,07	170
Соус сметанный сладкий	30	30	1	1	3,8	3,8	8	8	69,8	69,8	55
Какао на цельном молоке	150	180	4,82	5,78	4,18	5,02	11,84	14,21	104,37	125,24	69
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Итого за ужин 1	310	690	22,22	46,6	18,79	35,43	33,98	64,63	393,7	763,22	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1549	3055	60,97	129,3	56,32	111,4	218,13	416,38	1683,9	3210,4	

Исполнитель:
Медсестра _____ (Яковлева И.А.)