УТВЕРЖДАЮ
Заведующий_____(Никишина Н.Н)
28.07.2025

Меню на 28.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Макароны отварные с маслом и сахаром	150	150	4,96	4,96	4,85	4,85	40,04	40,04	223,15	223,15	125
Макароны б/глютена отварные с маслом и сахаром (Диета)	0	150	0	4,96	0	6,35	0	39,92	0	236,88	3
Печенье	33	33	2,31	2,31	6,27	6,27	21,78	21,78	151,8	151,8	4
Кофейный напиток	150	180	0,08	0,1	0,08	0,1	5	6	20,92	25,1	7
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Итого за завтрак 1	333	693	7,35	12,33	11,2	17,56	66,82	112,74	395,87	656,74	
Завтрак 2											
Витаминизированный напиток	0	180	0	0	0	0	0	31,09	0	130,91	144
Сок фруктовый (Ясли)	100	0	0,1	0	0,1	0	11,6	0	47	0	177
Итого за завтрак 2	100	180	0,1	0	0,1	0	11,6	31,09	47	130,91	
Обед											
Суп гороховый на овощном бульоне	200	200	7,1	7,1	4,1	4,1	33,2	33,2	197,7	197,7	150
10.Компот из сухофруктов без сахара (Диета)	0	180	0	0,13	0	0	0	2,27	0	9,6	196
Суп гороховый вегетарианский (Диета)	0	200	0	7	0	5,4	0	33,2	0	209,6	151
Суфле из печени с овощами	120	120	26,95	26,95	12,39	12,39	7,95	7,95	254,06	254,06	174
Печень туш¸ная в овощах (Диета)	0	95	0	18,6	0	6,2	0	2,7	0	141,1	87
Картофель отварной с маслом (Диета)	0	170	0	3,4	0	6,91	0	33,21	0	208,62	49
Каша гречневая с маслом (Диета)	0	150	0	6	0	7,2	0	32,64	0	219,96	83
Салат из репчатого лука	30	30	0,48	0,48	3,6	3,6	2,88	2,88	45,96	45,96	141
Хлеб ржано-пшеничный	45	50	2,97	3,3	0,54	0,6	18,45	20,5	92,7	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	545	1375	37,83	73,36	20,65	46,42	83,3	193,53	675,17	1491,3	
Полдник											
Кефир	193	193	5,6	5,6	4,83	4,83	7,72	7,72	102,29	102,29	18
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Крендель "Сахарный"	54	54	5,1	5,1	9,5	9,5	31,3	31,3	231,3	231,3	74
Итого за полдник	247	427	10,7	10,7	14,33	14,33	39,02	44,02	333,59	353,39	
Ужин 1											
Каша пшенная на цельном молоке	200	200	7,5	7,5	9,1	9,1	24,9	24,9	211	211	20
Каша пшенная с маслом и сахаром (Диета)	0	160	0	3,6	0	5,9	0	25,7	0	170,2	22
Батон	36	36	2,7	2,7	1,08	1,08	18,72	18,72	97,2	97,2	25
Чай с сахаром	150	180	0	0	0	0	4,17	5	16,5	19,8	8
Итого за ужин 1	386	576	10,2	13,8	10,18	16,08	47,79	74,32	324,7	498,2	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	

Итого день	1611	3251	66,19	110,19	56,45	94,39	248,52	455,7	1776,3	3130,5	

Исполнитель: Медсестра_____(Яковлева И.А.)