

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Никишина Н.Н.)
16.04.2025

Меню на 16.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецеп
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Суп молочный с макаронными изделиями	180	200	6,03	6,7	7,47	8,3	22,23	24,7	180,45	200,5	118
Пш,нная каша с яблоками (Диета)	0	160	0	3,3	0	4,4	0	26	0	156,6	56
Бутерброд с маслом и с сыром (Ясли)	51	0	6,7	0	4,7	0	17,2	0	137,9	0	127
Бутерброд с сыром	0	51	0	6,7	0	4,7	0	17,2	0	137,9	127
Какао на цельном молоке	150	190	4,82	6,1	4,18	5,3	11,84	15	104,37	132,2	69
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Итого за завтрак 1	381	781	17,55	22,8	16,35	22,7	51,27	87,9	422,72	647	
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											
Суп гречневый на мясном бульоне	180	200	6,21	6,9	5,76	6,4	22,59	25,1	166,5	185	77
Суп с вермишелью б/глутена на мясном бульоне (Диета)	0	200	0	6,1	0	11,8	0	26,8	0	237,8	70
Капуста туш,ная с мясом	180	200	15,75	17,5	15,48	17,2	11,7	13	249,12	276,8	122
Капуста туш,ная с мясом	0	200	0	17,5	0	17,2	0	13	0	276,8	122
Хлеб ржано-пшеничный	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	16,4	20,5	82,4	103	16
Компот из свежих яблок	150	180	0,12	0,14	0,12	0,14	17,91	21,49	131,1	157,32	43
Итого за обед	550	1030	24,72	51,44	21,84	53,34	68,6	119,89	629,12	1236,7	
Полдник											
Кефир	160	200	4,64	5,8	4	5	6,4	8	84,8	106	18
Чай с сахаром (Диета)	0	180	0	0	0	0	0	5	0	19,8	9
Ватрушка с сыром	50	60	6,58	7,9	9,42	11,3	26,08	31,3	215,08	258,1	111
Итого за полдник	210	440	11,22	13,7	13,42	16,3	32,48	44,3	299,88	383,9	
Ужин 1											
Яйца вар,ные	50	50	6,35	6,35	5,75	5,75	0,35	0,35	78,75	78,75	27
Салат из свеклы с растительным маслом	100	120	1,6	1,92	5	6	10,3	12,36	92,9	111,48	88
Батон	40	40	3	3	1,2	1,2	20,8	20,8	108	108	25
Чай с сахаром	150	180	0	0	0	0	4,17	5	16,5	19,8	8
Итого за ужин 1	340	390	10,95	11,27	11,95	12,95	35,62	38,51	296,15	318,03	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1591	2751	64,75	99,52	63,56	105,29	198,91	301,54	1693,2	2631	

Исполнитель:
Медсестра _____
(Яковлева И.А.)