

Меню на 25.07.2025

УТВЕРЖДАЮ

25.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/д	ккал	№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад			
Завтрак 1											
Суп молочный с изделиями макаронными	177	208	5,24	6,16	4,6	5,41	16,65	19,56	128,5	151	93
какао с молоком	155	0	2,69	0	2,42	0	11,69	0	79,57	0	397
какао с молоком.	0	185	0	2,74	0	2,41	0	14,7	0	91,46	397
хлеб пшеничный	30	30	2,36	2,36	0,3	0,3	14,48	14,48	70,66	70,66	529
Итого за завтрак 1	362	423	10,29	11,25	7,32	8,11	42,81	48,74	278,7	313,1	
Завтрак 2											
Соки фруктовые	110	111	0,55	0,56	0,11	0,11	11,11	11,21	50,6	51,06	399
Итого за завтрак 2	110	111	0,55	0,56	0,11	0,11	11,11	11,21	50,6	51,06	
На весь день											
Соль йодированная	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за весь день	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Борщ с картофелем сметана 15% жир	150	150	1,24	1,24	3	3	8,46	8,46	65,84	65,84	58
Пюре картофельное	8	8	0,19	0,19	1,2	1,2	0,23	0,23	12,8	12,8	93
Рыба. тушеная в томате с овощами	120	120	2,44	2,44	3,84	3,84	16,34	16,34	109,8	109,8	321
Напиток из плодов шиповника	80	80	8,17	8,17	4,6	4,6	3,45	3,45	87,93	87,93	144
Хлеб ржаной	150	150	0,51	0,51	0,21	0,21	15,56	15,56	65,83	65,83	398
Итого за обед	45	46	0,27	0,28	0,54	0,55	17,82	18,22	89,1	91,08	530
Полдник											
Блины	55	105	2,57	4,91	1,38	2,63	19,72	37,65	101,5	193,8	447
Чай с сахаром	0	150	0	0,05	0	0,02	0	8,32	0	33,33	392
чай с сахаром	150	0	0,04	0	0,01	0	6,99	0	28	0	392
Итого за полдник	205	255	2,61	4,96	1,39	2,65	26,71	45,96	129,5	227,1	
Рекомендованный ужин 1/ Суфле куриное, кабачки в молочном соусе. Питывой йогурт. Фрукты											
Итого за рекомендованный ужин 1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1233	1346	26,26	29,59	22,21	24,28	142,5	168,2	890,1	1025	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)