

Меню на 29.07.2025

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											
Каша молочная манная	150	200	4,66	6,21	5,6	7,47	18,82	25,09	144	192	540
кофейный напиток с молоком	150	0	2,34	0	2,06	0	10,63	0	70	0	395
кофейный напиток с молоком	0	180	0	2,84	0	2,41	0	14,36	0	91	395
хлеб пшеничный	30	40	2,36	3,16	0,3	0,4	14,48	19,32	70,66	94,21	529
Итого за завтрак 1	330	420	9,36	12,21	7,96	10,28	43,93	58,77	284,7	377,2	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	77	76	2,34	2,31	2,09	2,07	3,9	3,85	43,61	43,04	400
вафли	27	27	1,73	1,73	7,16	7,16	16,42	16,42	136,9	136,9	504
Итого за завтрак 2	104	103	4,07	4,04	9,25	9,22	20,31	20,26	180,5	179,9	
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											
Суп картофельный с крупой	150	200	1,51	2,01	1,71	2,28	10,2	13,6	61,95	82,6	80
Капуста тушеная	120	150	2,48	3,1	3,89	4,86	11,31	14,14	90,12	112,7	336
Биточки рубленные из птицы	44	62	8,18	11,52	1,89	2,67	4,36	6,15	67,46	95,02	306
Соки фруктовые	158	189	0,79	0,94	0,16	0,19	15,96	19,09	72,68	86,94	399
Хлеб ржаной	40	50	2,64	3,3	0,48	0,6	13,36	16,7	69,6	87	530
Итого за обед	512	651	15,6	20,88	8,13	10,6	55,19	69,68	361,8	464,2	
Полдник											
сырники из творога.	86	109	16,07	20,36	10,9	13,81	20,91	26,5	201,2	255	231
повидло	14	28	0,06	0,11	0	0	9,1	18,2	35	70	507
Чай без сахара	150	180	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	25	50	1,97	3,96	0,25	0,5	12,07	24,16	58,88	117,8	529
Итого за полдник	275	367	18,09	24,43	11,15	14,31	42,08	68,86	295,1	442,7	
Рекомендованный ужин 1/ Запеканка картофельная с печенью. Компот из вишни. 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	1224	1544	47,11	61,56	36,49	44,41	161,5	217,6	1122	1464	

Исполнитель: Калькулятор Филиппова Л.А. (Филиппова Л.А.)