



УТВЕРЖДАЮ (Быченко Н.С.)
Заведующий МБДОУ
21.05.2025

Меню на 21.05.2025

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										
Суп молочный с крупой с рисом	150	150	3,6	3,6	3,78	3,78	12,61	12,61	99,3	99,3	94
какао с молоком	150	0	2,6	0	2,34	0	11,31	0	77	0	397
какао с молоком.	0	150	0	2,22	0	1,95	0	11,92	0	74,16	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	330	330	8,56	8,18	6,42	6,03	38,4	39,01	247	244,1	
Завтрак 2											
банан	114	114	1,71	1,71	0	0	25,54	25,54	103,7	103,7	533
Конфета шоколадная	24	24	0,65	0,65	2,5	2,5	18,46	18,46	72	72	503
Итого за завтрак 2	138	138	2,36	2,36	2,5	2,5	43,99	43,99	175,7	175,7	
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 вегетарианский (мелкошинкованный)	150	150	1,63	1,63	3,45	3,45	8,2	8,2	71,55	71,55	59
Пюре картофельное	120	120	2,44	2,44	3,84	3,84	16,34	16,34	109,8	109,8	321
Рыба, запеченная в омлете	60	60	11,2	11,2	6,8	6,8	3,53	3,53	120,1	120,1	138
Компот из сухофруктов	150	150	0,33	0,33	0,02	0,02	20,82	20,82	84,75	84,75	376
Хлеб ржаной	40	40	2,4	2,4	0,4	0,4	17,73	17,73	75,6	75,6	530
Итого за обед	520	520	18	18	14,51	14,51	66,62	66,62	461,7	461,7	
Полдник											
Оладьи	60	120	4,18	8,36	1,31	2,62	22,25	44,5	117,5	235,1	449
повидло	7	7	0,03	0,03	0	0	4,55	4,55	17,5	17,5	507
Чай без сахара	150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	25	25	2,08	2,07	0,32	0,32	12,03	12,02	56,75	56,75	529
Итого за полдник	242	302	6,28	10,46	1,63	2,94	38,83	61,07	191,8	309,3	
Рекомендованный ужин 1. Суфле из отварной говядины с рисом, с маслом сливочным. Ряженка.											
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	1293	35,2	39	25,06	25,98	187,8	210,7	1076	1191	

Исполнитель: Калькулятор Тариф (Филиппова Л.А.)