

Меню на 01.07.2025

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	150	4,66	4,66	5,6	5,6	18,82	18,82	144	144	540
кофейный напиток с молоком	150	0	2,34	0	2,06	0	10,63	0	70	0	395
кофейный напиток с молоком	0	150	0	2,37	0	2,01	0	11,97	0	75,83	395
хлеб пшеничный	30	30	2,36	2,37	0,3	0,3	14,48	14,49	70,66	70,66	529
Итого за завтрак 1	330	330	9,36	9,39	7,96	7,91	43,93	45,27	284,7	290,5	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	83	83	2,52	2,52	2,26	2,26	4,2	4,2	47	47	400
вафли	20	20	1,28	1,28	5,3	5,3	12,16	12,16	101,4	101,4	504
Итого за завтрак 2	103	103	3,8	3,8	7,56	7,56	16,36	16,36	148,4	148,4	
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	150	1,51	1,51	1,71	1,71	10,2	10,2	61,95	61,95	80
Калуста тушеная	120	120	2,48	2,48	3,89	3,89	11,31	11,31	90,12	90,12	336
Биточки рубленные из птицы	50	49	9,29	9,1	2,15	2,11	4,96	4,86	76,66	75,1	306
Соки фруктовые	150	150	0,75	0,75	0,15	0,15	15,15	15,15	69	69	399
Хлеб ржаной	40	40	2,64	2,64	0,48	0,48	13,36	13,36	69,6	69,6	530
Итого за обед	510	509	16,67	16,48	8,38	8,34	54,98	54,88	367,3	365,8	
Полдник											
Сырники из творога.	105	105	19,62	19,61	13,31	13,3	25,53	25,53	245,6	245,6	231
повидло	10	10	0,04	0,04	0	0	6,5	6,5	25	25	507
Чай без сахара	150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	25	25	1,97	1,98	0,25	0,25	12,07	12,08	58,88	58,88	529
Итого за полдник	290	290	21,62	21,63	13,56	13,55	44,1	44,11	329,5	329,5	
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	1236	1235	51,46	51,31	37,45	37,36	159,4	160,6	1130	1134	

Исполнитель: Калькулятор (Филиппова Л.А.)