

Меню на 10.07.2025

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											
Суп молочный с крупой с гречкой	150	150	4,48	4,48	4,11	4,11	12,81	12,81	106,2	106,2	94
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	2,36	0,3	0,3	14,48	14,48	70,66	70,66	529
Итого за завтрак 1	330	330	9,18	9,2	6,47	6,42	37,92	39,26	246,9	252,7	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	94	94	2,86	2,86	2,56	2,56	4,76	4,76	53,23	53,23	400
Итого за завтрак 2	94	94	2,86	2,86	2,56	2,56	4,76	4,76	53,23	53,23	
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 протертый (с гренками)	150	150	1,82	1,82	1,95	1,95	8,37	8,37	58,35	58,35	79
Гренки из пшеничного хлеба	15	15	1,88	1,88	0,23	0,23	11,42	11,42	55,23	55,23	115
Капуста тушеная	120	120	2,48	2,48	3,89	3,89	11,31	11,31	90,12	90,12	336
Кнели куриные с рисом	50	50	11,07	11,07	2,1	2,1	3,16	3,16	75,81	75,81	312
Соки фруктовые	156	156	0,78	0,78	0,16	0,16	15,76	15,76	71,76	71,76	399
Хлеб ржаной	40	40	0,24	0,24	0,48	0,48	15,84	13,36	79,2	69,6	530
Итого за обед	531	531	18,27	20,67	8,81	8,81	65,86	63,38	430,5	420,9	
Полдник											
биточки манные	110	110	6,22	6,22	4,56	4,56	27,73	27,73	160,6	160,6	199
Молоко сгущенное с сахаром	10	10	0,72	0,72	0,85	0,85	5,6	5,6	32,9	32,9	545
Чай без сахара	150	150	0	0	0	0	0	0	0	0	8
хлеб пшеничный	25	25	1,97	1,97	0,25	0,25	12,07	12,07	58,88	58,88	529
Итого за полдник	295	295	8,91	8,91	5,66	5,66	45,4	45,4	252,3	252,3	
Рекомендованный ужин 1/ Пельмени отварные, сметана. Лимонный напиток. 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	1253	1253	39,21	41,64	23,49	23,44	153,9	152,8	982,9	979,1	

Исполнитель: Калькулятор Филиппова Л.А.