

Меню на 15.07.2025

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	182	4,66	5,65	5,6	6,8	18,82	22,83	144	174,7	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	362	9,36	10,39	7,96	9,11	43,93	49,29	284,7	321,2	
Завтрак 2											
Молоко кипяченое	100	100	3,04	3,04	2,72	2,72	5,06	5,06	56,63	56,63	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	120	120	4,32	4,32	8,02	8,02	17,22	17,22	158	158	
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
Капуста 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	50	9,29	9,29	2,15	2,15	4,96	4,96	76,66	76,63	306
Соки фруктовые	149	149	0,75	0,74	0,15	0,15	15,05	15,05	68,54	68,54	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	509	509	16,67	16,66	8,38	8,38	54,88	54,88	366,9	366,8	
Полдник											
сырники из творога.	110	110	20,55	20,55	13,94	13,94	26,75	26,75	257,3	257,3	231
повидло	8	8	0,03	0,03	0	0	5,2	5,2	20	20	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	293	293	22,55	22,56	14,19	14,19	44,02	44,03	336,2	336,2	
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	1255	1287	52,89	53,93	38,55	39,69	160	165,4	1146	1182	

Исполнитель: Калькулятор _____ (Филиппова Л.А.)