

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Черкашина (Е.Н.Черкашина)
12.05.2025

Меню на 13.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
каша молочная геркулесовая	180	120	2,14	1,43	3,35	2,23	14,45	9,64	96,5	64,33
Кофейный напиток с молоком	190	150	0	0	0	0	11,85	9,35	47,27	37,32
Бутерброд с маслом	40	40	2,59	2,59	6,48	6,48	16,55	16,55	136,41	136,41
каша геркулесовая (диета)	160		1,9		2,98		12,85		85,78	
Кофейный напиток (диета)	190		0		0		17,14		68,51	
Итого за завтрак 1	760	310	6,64	4,02	12,81	8,72	72,83	35,54	434,47	238,06
Завтрак 2										
Напиток витаминный "Витошка"	100		0		0		48		188	
Сок фруктовый до 3-х лет		100		0,5		0,1		10,1		46
Сок фруктовый (диета)	100		0,5		0,1		10,1		46	
Итого за завтрак 2	200	100	0,5	0,5	0,1	0,1	58,1	10,1	234	46
Обед										
Суп "Кудрявый"	200	150	2,03	1,52	2,56	1,92	7,65	5,74	62,08	46,56
Каша гречневая вязкая	150	150	6,09	6,09	6,21	6,21	29,85	29,85	212,34	212,34
печень, тушенная в том соусе	70	70	5,49	5,49	8,19	8,19	13,02	13,02	118,26	118,26
Хлеб ржаной	40	40	2,64	2,64	0,48	0,48	13,68	13,68	72,4	72,4
Компот из смеси сухофруктов	190	150	0	0	16,15	12,75	17,86	14,1	72,96	57,6
Итого за обед	650	560	16,25	15,74	33,59	29,55	82,06	76,39	538,04	507,16
Полдник										
Кефир 2.5%	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	76,5	76,5
Батон	30	30	2,31	2,31	0,9	0,9	15,99	15,99	70,5	70,5
Сок фруктовый (диета)	100		0,5		0,1		10,1		46	
Итого за полдник	280	180	7,31	6,81	4,75	4,65	32,09	21,99	193	147
Ужин 1										
Рыба, туш с овощами в томате	100	100	17,65	17,65	4,21	4,21	25,15	25,15	149,49	149,49
Картофельное пюре	100	100	1,48	1,48	2,18	2,18	12,01	12,01	73,82	73,82
Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,24	0,24	6,84	6,84	36,2	36,2
Чай с сахаром	190	150	0	0	0	0	14,21	11,22	56,77	44,82
Батон	20	20	1,54	1,54	0,6	0,6	10,66	10,66	47	47
Итого за ужин 1	430	390	21,99	21,99	7,23	7,23	68,87	65,87	363,29	351,34
Итого день	2320	1540	52,69	49,06	58,48	50,25	313,95	209,89	1762,8	1289,6

Исполнитель: старшая медсестра Антонюк (Антонюк Л.Н.)