

### Меню на 20.06.2025

| Наименование блюда          | Выход      |            | Белки, г     |             | Жиры, г      |              | Углеводы, г  |              | Эн/ц, ккал   |              |
|-----------------------------|------------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
|                             | Ясли       | Сад        | Ясли         | Сад         | Ясли         | Сад          | Ясли         | Сад          | Ясли         | Сад          |
| <b>Завтрак 1</b>            |            |            |              |             |              |              |              |              |              |              |
| Каша манная молочная        | 150        | 180        | 1,23         | 1,48        | 2,06         | 2,47         | 11,83        | 14,2         | 70,88        | 85,05        |
| Чай с сахаром               | 150        | 190        | 0            | 0           | 0            | 0            | 11,22        | 14,21        | 44,82        | 56,77        |
| Бутерброд с маслом          | 40         | 40         | 2,59         | 2,59        | 6,48         | 6,48         | 16,55        | 16,55        | 136,4        | 136,4        |
| Каша рисовая (диета)        | 0          | 160        | 0            | 1,34        | 0            | 2,24         | 0            | 17,86        | 0            | 96,86        |
| <b>Итого за завтрак 1</b>   | <b>340</b> | <b>570</b> | <b>3,82</b>  | <b>5,41</b> | <b>8,54</b>  | <b>11,19</b> | <b>39,6</b>  | <b>62,82</b> | <b>252,1</b> | <b>375,1</b> |
| <b>Завтрак 2</b>            |            |            |              |             |              |              |              |              |              |              |
| Сок фруктовый               | 0          | 100        | 0            | 0,5         | 0            | 0,1          | 0            | 10,1         | 0            | 46           |
| Сок фруктовый до 3-х лет    | 100        | 0          | 0,5          | 0           | 0,1          | 0            | 10,1         | 0            | 46           | 0            |
| <b>Итого за завтрак 2</b>   | <b>100</b> | <b>100</b> | <b>0,5</b>   | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>   | <b>0,1</b>   | <b>10,1</b>  | <b>10,1</b>  | <b>46</b>    | <b>46</b>    |
| <b>Обед</b>                 |            |            |              |             |              |              |              |              |              |              |
| Суп овощной                 | 150        | 200        | 1,98         | 2,64        | 3,12         | 4,16         | 11,4         | 15,2         | 79,18        | 105,6        |
| каша гречневая              | 130        | 150        | 1,09         | 1,26        | 1,82         | 2,1          | 14,51        | 16,74        | 78,7         | 90,81        |
| курица в соусе с томатом    | 50         | 70         | 8,7          | 12,2        | 4,57         | 6,4          | 2,85         | 3,99         | 26,24        | 36,74        |
| Хлеб ржаной                 | 40         | 40         | 2,64         | 2,64        | 0,48         | 0,48         | 13,68        | 13,68        | 72,4         | 72,4         |
| Компот из смеси сухофруктов | 150        | 190        | 0            | 0           | 12,75        | 16,15        | 14,1         | 17,86        | 57,6         | 72,96        |
| <b>Итого за обед</b>        | <b>520</b> | <b>650</b> | <b>14,41</b> | <b>18,7</b> | <b>22,74</b> | <b>29,29</b> | <b>56,54</b> | <b>67,47</b> | <b>314,1</b> | <b>378,5</b> |
| <b>Полдник</b>              |            |            |              |             |              |              |              |              |              |              |
| Молоко кипяченое            | 150        | 150        | 4,2          | 4,2         | 3,75         | 3,75         | 7,05         | 7,05         | 78           | 78           |
| крендель с сахаром          | 30         | 30         | 0,24         | 0,24        | 1,38         | 1,38         | 1,35         | 1,35         | 18,81        | 18,81        |
| Сок фруктовый (диета)       | 0          | 100        | 0            | 0,5         | 0            | 0,1          | 0            | 10,1         | 0            | 46           |
| <b>Итого за полдник</b>     | <b>180</b> | <b>280</b> | <b>4,44</b>  | <b>4,94</b> | <b>5,13</b>  | <b>5,23</b>  | <b>8,4</b>   | <b>18,5</b>  | <b>96,81</b> | <b>142,8</b> |
| <b>Ужин 1</b>               |            |            |              |             |              |              |              |              |              |              |
| Запеканка творожная         | 100        | 100        | 14,09        | 14,1        | 9,01         | 9,01         | 14,57        | 14,57        | 196,1        | 196,1        |
| Соус сметанный сладкий      | 50         | 50         | 2,26         | 2,26        | 3,21         | 3,21         | 4,27         | 4,27         | 75,45        | 75,45        |
| Чай с сахаром               | 150        | 190        | 0            | 0           | 0            | 0            | 11,22        | 14,21        | 44,82        | 56,77        |
| Батон                       | 20         | 20         | 1,54         | 1,54        | 0,6          | 0,6          | 10,66        | 10,66        | 47           | 47           |
| каша пшенная (диета)        | 0          | 160        | 0            | 1,34        | 0            | 2,24         | 0            | 17,86        | 0            | 96,86        |
| Яблоко                      | 100        | 100        | 0,4          | 0,4         | 0,4          | 0,4          | 9,8          | 9,8          | 47           | 47           |
| <b>Итого за ужин 1</b>      | <b>420</b> | <b>620</b> | <b>18,29</b> | <b>19,6</b> | <b>13,22</b> | <b>15,46</b> | <b>50,52</b> | <b>71,37</b> | <b>410,4</b> | <b>519,2</b> |

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