

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Е. Н. Черкашина
18.04.2025

Меню на 21.04.2025

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 гречневая вязкая с сахаром	180	120	7,31	4,87	7,45	4,97	35,82	23,88	254,83	169,88
Чай с сахаром	190	150	0	0	0	0	14,21	11,22	56,77	44,82
Печенье	40	40	0,82	0,82	0,46	0,46	2,64	2,64	18,8	18,8
Итого за завтрак 1	410	310	8,13	5,69	7,91	5,43	52,67	37,74	330,4	233,5
Завтрак 2										
Сок фруктовый	100		0,5		0,1		10,1		46	
Сок фруктовый до 3-х лет		100		0,5		0,1		10,1		46
Итого за завтрак 2	100	100	0,5	0,5	0,1	0,1	10,1	10,1	46	46
Обед										
Суп картофель с бобами (гороховый)	200	150	5,78	4,34	4,64	3,48	27	20,25	196,14	147,1
Вермишель отварная с маслом	150	150	6,6	6,6	4,64	4,64	56,03	56,03	321,2	321,2
печень, тушенная в том соусе	50	50	3,92	3,92	5,85	5,85	9,3	9,3	84,47	84,47
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
отварной рис (диета)	150		9,08		14,65		95,24		549,12	
Итого за обед	780	540	28	17,5	46,41	27,2	219,11	113,36	1296,3	682,77
Полдник										
Кефир 2.5%	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	76,5	76,5
Булочка с посыпкой	50	50	0,4	0,4	2,31	2,31	2,24	2,24	31,36	31,36
Сок фруктовый (диета)	100		0,5		0,1		10,1		46	
Итого за полдник	300	200	5,4	4,9	6,16	6,06	18,34	8,24	153,86	107,86
Ужин 1										
Омлет натуральный	100	100	7,2	7,2	8,96	8,96	2,82	2,82	120,91	120,91
Икра кабачковая (консерв)	50	50	0,47	0,47	2,28	2,28	2,73	2,73	33,72	33,72
Хлеб ржаной	20	20	1,32	1,32	0,24	0,24	6,84	6,84	36,2	36,2
Бутерброд с маслом	40	40	2,59	2,59	6,48	6,48	16,55	16,55	136,41	136,41
Какао с молоком	190	150	5,13	4,05	4,52	3,57	25,99	20,52	141,15	111,44
Чай с сахаром (диета)	190		0		0		14,21		56,77	
Итого за ужин 1	590	360	16,7	15,63	22,49	21,53	69,14	49,46	525,16	438,68
Итого день	2180	1510	58,8	44,22	83,07	60,32	369,37	218,9	2351,7	1508,8

Исполнитель: старшая медсестра

Л.Н. Антонюк

(Антонюк Л.Н.)