

Меню на 22.04.2025

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 молочная пшенная	180	120	1,51	1,01	2,52	1,68	20,09	13,39	108,97	72,65
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 пшенная (диета)	160		1,34		2,24		17,86		96,86	
Кофейный напиток (диета)	190		0		0		17,14		68,51	
Итого за завтрак 1	760	310	5,45	3,6	11,24	8,16	83,48	39,29	458,03	246,38
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										
Свекольник со сметаной	200	150	2,72	2,04	4,42	3,32	12,78	9,58	99,52	74,64
Котлета мясная	80	80	19,59	19,59	8,37	8,37	7,38	7,38	275,6	275,6
Капуста тушеная	150	150	2,7	2,7	3,9	3,9	11,1	11,1	92,4	92,4
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	660	570	27,65	26,97	33,32	28,81	62,8	55,84	612,88	572,64
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										
Оладьи	60	60	3,99	3,99	12,37	12,37	21,97	21,97	126,81	126,81
повидло яблочное	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0
Чай с сахаром	190	150	0	0	0	0	14,21	11,22	56,77	44,82
Итого за ужин 1	280	240	3,99	3,99	12,37	12,37	36,18	33,19	183,58	171,63
Итого день	2180	1400	44,89	41,87	61,78	54,09	272,64	160,41	1681,5	1183,7

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