

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Е.Н. Черкашина)
27.05.2025

Меню на 28.05.2025

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 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										
Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
Итого за завтрак 2	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
Обед										
Суп картофельный с крупой (гречневый)	200	150	1,62	1,22	1,92	1,44	12,8	9,6	75,28	56,46
Суфле мясное	100	100	12,24	12,24	14,06	14,06	3,98	3,98	191,39	191,39
Салат из свежих помидор и огурцов	50	50	0,54	0,54	2,47	2,47	1,94	1,94	33,37	33,37
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	580	490	17,04	16,63	35,09	31,21	50,26	43,3	445,4	411,22
Полдник										
Кефир 2.5%	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	76,5	76,5
Ватрушка с повидлом	50	50	2,49	2,49	1,3	1,3	26,59	26,59	126,21	126,21
Сок фруктовый (диета)	100		0,5		0,1		10,1		46	
Итого за полдник	300	200	7,49	6,99	5,15	5,05	42,69	32,59	248,71	202,71
Ужин 1										
Запеканка творожная	100	100	14,09	14,09	9,01	9,01	14,57	14,57	196,14	196,14
Соус сметанный сладкий	50	50	2,26	2,26	3,21	3,21	4,27	4,27	75,45	75,45
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
Каша рисовая (диета)	160		1,34		2,24		17,86		96,86	
Итого за ужин 1	520	320	19,23	17,89	15,06	12,82	61,57	40,72	472,23	363,41
Итого день	2260	1420	49,61	45,52	66,94	57,64	247,79	165,7	1671,4	1270,7

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