

Меню на 30.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
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
Бутерброд с маслом	40	40	2,59	2,59	6,48	6,48	16,55	16,55	136,41	136,41
Кофейн напиток с молоком	190	150	0	0	0	0	11,85	9,35	47,27	37,32
Каша рисовая (диета)	160		1,34		2,24		17,86		96,86	
Кофейный напиток (диета)	190		0		0		17,14		68,51	
Итого за завтрак 1	730	340	20,28	18,94	20,94	18,7	82,23	44,74	620,65	445,32
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										
Борщ с картоф со сметаной	200	150	2,64	1,98	4,16	3,12	15,2	11,4	105,57	79,18
Тефтели мясные	100	100	8,69	8,69	11,06	11,06	5,61	5,61	156,99	156,99
Салат из сол огурцов с луком	50	50	1,07	1,07	1	1	1,49	1,49	17,55	17,55
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	15,04	14,38	32,85	28,41	53,84	46,28	425,46	383,71
Полдник										
Кефир 2.5%	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	76,5	76,5
крендель с сахаром	50	50	0,4	0,4	2,31	2,31	2,24	2,24	31,35	31,35
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	153,85	107,85
Ужин 1										
каша молочная пшенная	180	120	1,51	1,01	2,52	1,68	20,09	13,39	108,97	72,65
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 пшенная (диета)	160		1,34		2,24		17,86		96,86	
Итого за ужин 1	550	290	4,4	2,55	5,36	2,28	62,82	35,27	309,61	164,47
Итого день	2260	1420	45,62	41,26	65,41	55,55	227,33	144,64	1555,6	1147,4

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