

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Черкашина (Е. Н. Черкашина)
25.02.2025

Меню на 26.02.2025

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
Какао с молоком	190	150	5,13	4,05	4,52	3,57	25,99	20,52	141,15	111,44
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	
Чай с сахаром (диета)	190		0		0		14,21		56,77	
Итого за завтрак 1	760	310	10,58	7,65	15,77	11,73	94,7	50,46	540,17	320,49
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										
Закуска из репчатого лука	20	20	0,76	0,76	0,89	0,89	2,64	2,64	16,43	16,43
Борщ с картоф со сметаной	200	150	2,64	1,98	4,16	3,12	15,2	11,4	105,57	79,18
Плов	160	160	8,45	8,45	11,33	11,33	21,46	21,46	260,94	260,94
Соленый помидор	50	50	0,43	0,43	2,53	2,53	1,29	1,29	30,5	30,5
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	14,92	14,26	35,53	31,09	72,13	64,57	558,8	517,05
Полдник										
Кефир 2.5%	150	150	4,5	4,5	3,75	3,75	6	6	76,5	76,5
Бутерброд с повидлом	30	30	0	0	0	0	0	0	0	0
Сок фруктовый (диета)	100		0,5		0,1		10,1		46	
Итого за полдник	280	180	5	4,5	3,85	3,75	16,1	6	122,5	76,5
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 гречневая (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	2320	1480	50,13	44,7	70,61	59,8	254,29	171,55	1740,7	1324,5

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