УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ _____ (Панова Т.В.)
06.05.2025

Меню на 06.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн.ц. ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша манная молочная	180	200	4,72	5,24	7,52	8,36	23,17	25,74	180,05	200,06	
Какао с молоком	150	0	4,88	0	4,86	0	18,77	0	139,5	0	
Каша геркулесовая на воде	0	180	0	7,34	0	8,86	0	32,04	0	237,6	
Булка с маслом и сыром	37	0	2,78	0	1,07	0	19,02	0	96,94	0	
Какао с молоком	0	180	0	5,85	0	5,83	0	22,52	0	167,4	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Булка с маслом и сыром	0	47	0	3,53	0	1,36	0	24,16	0	123,14	
Итого за завтрак 1	367	807	12,37	33,94	13,46	27,45	60,95	117,44	416,49	777,42	
Завтрак 2											
Яблоко	103	0	0,42	0	0,42	0	10,4	0	46,67	0	140
витаминизированный напиток валитек	0	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0	145,2	
Итого за завтрак 2	103	200	0,42	4,58	0,42	5,04	10,4	21,48	46,67	145,2	
Обед											
Рассольник на мк/б со сметаной	180	200	213,01	236,68	13,75	15,28	24,36	27,06	251,11	279,02	
Капуста тушенная с мясом	130	170	0	0	0	0	0	0	0	0	
Компот из свежих яблок	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Хлеб ржаной	40	45	3,08	3,46	0,56	0,63	15,08	16,97	80,4	90,45	
Итого за обед	530	615	216,09	240,15	14,31	15,91	39,44	44,03	331,51	369,47	
Полдник											
Кефир	100	115	5,54	6,38	6,93	7,97	8,91	10,24	122,76	141,18	
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57	78,57	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	130	345	7,78	20,6	7,8	11,88	24,32	38,63	201,33	268,97	
Ужин 1											
Котлеты рыбные	76	86	8,47	9,59	3,45	3,9	10,5	11,88	107,27	121,38	
Пюре картофельное	120	150	2,54	3,18	3,67	4,59	6,28	7,85	96,84	121,05	
Картофель отварной	0	100	0	1,93	0	2,82	0	10,78	0	96,29	
Соленый помидор	50	0	0,55	0	0,05	0	0,8	0	6,5	0	
Соленый помидор	0	60	0	0,66	0	0,06	0	0,96	0	7,8	
Чай с сахаром	180	0	10,78	0	2,74	0	11,68	0	44,3	0	
Булка	30	0	2,24	0	0,87	0	15,41	0	78,57	0	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Булка	0	30	0	2,24	0	0,87	0	15,41	0	78,57	
Итого за ужин 1	456	626	24,59	29,58	10,77	15,28	44,67	59,86	333,47	474,31	
Итого день	1586	2593	261,26	328,84	46,77	75,56	179,78	281,44	1329,5	2035,4	

Исполнитель: Медсестра _____ (Тимоновская В.Д.)