

Меню на 16.04.2025

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Д, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Запеканка творожная	90	100	10,04	11,16	8,8	9,78	13,52	15,02	177,8	197,6	268
Соус сметанный сладкий	35	40	1,28	1,46	1,93	2,2	2,77	3,17	46,77	53,45	
Каша пшенная с сахаром	0	103	0	0	0	0	0	0	0	0	
Кофейный напиток с молоком	180	0	4,12	0	4,54	0	19,33	0	130,7	0	
Булка с маслом	35	0	2,62	0	1,01	0	17,99	0	91,69	0	
Кофейный напиток с молоком	0	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0	145,2	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Булка с маслом	0	40	0	3	0	1,16	0	20,56	0	104,8	
Итого за завтрак 1	340	683	18,07	32,18	16,28	21,22	53,61	73,21	447	550,3	
Завтрак 2											
Сок	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 2	100	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед											
Свекольник на м/к б со сметанной	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Биточки мясные в томатном соусе свинина	80	0	13,98	0	15,36	0	7,52	0	231,5	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,6	
Биточки мясные в томатном соусе свинина	0	90	0	15,73	0	17,28	0	8,46	0	260,5	
Гречка отварная с маслом сливочным	100	0	5,7	0	4,82	0	27,45	0	180,3	0	
Свинина отварная	0	100	0	18,56	0	20,73	0	5,77	0	283,8	
Солёный огурец	50	0	0,99	0	0	0	2,47	0	10,4	0	
Каша перловая с маслом	0	120	0	2	0	0,23	0	0,19	0	68,91	1
Компот из свежих яблок	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Солёный огурец	0	60	0	1,19	0	0	0	2,97	0	12,48	
Хлеб ржаной	40	0	3,08	0	0,56	0	15,08	0	80,4	0	
Компот из свежих яблок	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Хлеб ржаной	0	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	
Итого за обед	630	1015	23,75	51,88	20,74	41,87	52,52	66,6	502,7	876,7	
Полдник											
Кефир	115	125	6,38	6,93	7,97	8,67	10,24	11,13	141,2	153,5	
Лепешка диетическая	70	80	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	49,22	
Итого за полдник	365	405	17,16	18,91	10,71	11,71	21,92	24,11	185,5	202,7	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	180	200	1,4	1,56	4,64	5,16	19,67	21,86	126	140	
Рис отварной	0	100	0	2,39	0	3,88	0	18,82	0	119,5	
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	390	530	14,43	18,18	8,25	12,95	46,77	69,07	248,9	387,3	
Итого день	1825	2733	73,41	121,2	55,97	87,74	174,8	233	1384	2017	

Исполнитель: Медсестра (Тимоновская В.Д.)

Тимоновская В.Д.