

Меню на 16.05.2025

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											
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Икра кабачковая (овощ.консервы порция)	50	50	0	0	0	0	0	0	0	0	
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,11	21,48	108,9	145,2	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Булка с маслом	30	30	2,25	2,25	0,87	0,87	15,42	15,42	78,59	78,59	
Итого за завтрак 1	420	520	14,67	18,81	6,93	8,95	41,26	49,88	224,41	273,01	
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	70	0	12,24	0	13,44	0	6,58	0	202,58	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,56	
Биточки мясные в томатном соусе свинина	0	80	0	13,98	0	15,36	0	7,52	0	231,52	
Пюре из гороха	95	0	10,78	0	0,75	0	23,81	0	145,17	0	
Компот из сухофруктов	180	0	0,94	0	0	0	24,26	0	96,7	0	
Пюре из гороха	0	105	0	11,92	0	0,83	0	26,32	0	160,45	
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,44	
Хлеб ржаной	40	0	3,08	0	0,56	0	15,08	0	80,4	0	
Хлеб ржаной	0	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	
Итого за обед	565	830	27,04	41,34	14,75	19,82	69,74	110	524,85	750,42	
Полдник											
Кефир	125	135	6,93	7,48	8,67	9,36	11,13	12,02	153,45	165,73	
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57	78,57	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Итого за полдник	305	365	18,16	21,7	11,82	13,27	36,28	40,41	268,94	293,52	
Ужин 1											
Вареники ленивые с маслом	90	100	13,54	15,04	10,19	11,32	11,18	12,42	194,03	215,59	
Соус сметанный сладкий	35	40	1,28	1,46	1,93	2,2	2,77	3,17	46,77	53,45	
Какао с молоком	150	180	4,88	5,85	4,86	5,83	18,77	22,52	139,5	167,4	
Каша гречневая с маслом и сахаром	110	110	5,75	5,75	3,88	3,88	28,99	28,99	173,81	173,81	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Печенье	0	35	0	2,47	0	0	0	38,85	0	143,33	
Пряник	35	0	2,73	0	5,6	0	21,91	0	149,1	0	
Итого за ужин 1	570	665	37,15	42,55	28,73	26,27	93,35	118,93	740,12	802,79	
Итого день	1960	2480	97,02	124,41	62,23	68,31	240,63	319,23	1758,3	2119,8	

Исполнитель: Медсестра Р.Тимоновская В.Д. (Тимоновская В.Д.)

Заведующий МБДОУ «Детский сад № 57 г.Панова Т.В.»
 16.05.2025
 УТВЕРЖДАЮ
 16.05.2025