

Заведующий МБДОУ (Тимоновская В.Д.)



Меню на 16.07.2025

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											
Запеканка творожная	90	100	10,04	11,16	8,8	9,78	13,52	15,02	177,84	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	150	0	3,43	0	3,78	0	16,11	0	108,9	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	104,79	
Итого за завтрак 1	310	683	17,38	32,18	15,52	21,22	50,39	73,21	425,2	550,26	
Завтрак 2											
Яблоко	103	103	0,42	0,42	0,42	0,42	10,4	10,4	46,67	46,67	140
Итого за завтрак 2	103	103	0,42	0,42	0,42	0,42	10,4	10,4	46,67	46,67	
Обед											
Свекольник со сметанной	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Овощное рагу	140	0	3,44	0	4,97	0	17,42	0	127,65	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,56	
Компот из свежих яблок	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Овощное рагу	0	190	0	4,67	0	6,74	0	23,64	0	173,24	
Хлеб ржаной	40	0	3,08	0	0,56	0	15,08	0	80,4	0	1
Компот из свежих яблок	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Хлеб ржаной	0	45	0	3,46	0	0,63	0	16,97	0	90,45	
Итого за обед	510	835	6,52	19,08	5,53	10,37	32,5	72,84	208,05	424,25	
Полдник											
Кефир	115	125	6,38	6,93	7,97	8,67	10,24	11,13	141,18	153,45	1
Лепешка диетическая	70	80	0	0	0	0	0	0	0	0	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	185	405	6,38	18,91	7,97	11,71	10,24	24,11	141,18	202,67	
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	119,52	
Чай с сахаром	150	0	8,98	0	2,28	0	9,73	0	36,92	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	360	530	12,63	18,18	7,79	12,95	44,82	69,07	241,48	387,31	
Итого день	1468	2556	43,33	88,76	37,24	56,67	148,35	249,64	1062,6	1611,2	

Исполнитель: Медсестра (Тимоновская В.Д.)

В.Д. Тимоновская