

Меню на 17.04.2025

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											
Каша перловая с маслом и сахаром	0	130	0	2,17	0	0,25	0	0,21	0	74,66	1
Каша пшенная с сахаром	130	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	49,22	
Булка с маслом	37	0	2,77	0	1,07	0	19,02	0	96,92	0	
Гренка с сыром	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 1	347	375	13,56	14,15	3,81	3,29	30,7	13,19	141,22	123,88	
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											
Суп вермишелевый с курицей без картофеля	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Тефтели куриные с рисом в томатном соусе	120	142	0	0	0	0	0	0	0	0	
Куры потрош, нные	0	80	0	14,01	0	15,38	0	7,54	0	231,97	
Салат из квашенной капусты	60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Компот из сухофруктов	180	0	0,94	0	0	0	24,26	0	96,7	0	
Салат из квашенной капусты	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	
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	580	737	4,02	18,52	0,56	16,01	39,34	51,46	177,1	429,86	
Полдник											
Кефир	110	120	6,1	6,65	7,63	8,32	9,8	10,69	135,04	147,31	
Булка с повидлом	45	50	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	155	370	6,1	18,63	7,63	11,36	9,8	23,67	135,04	196,53	
Ужин											
Суфле с рыбой	100	130	0	0	0	0	0	0	0	0	
Соленый огурец	50	60	0,99	1,19	0	0	2,47	2,97	10,4	12,48	
Тушеный картофель	0	160	0	3,94	0	5,68	0	19,9	0	145,89	
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	49,22	
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57	78,57	
Итого за ужин 1	360	580	14,02	19,35	3,61	9,59	29,57	51,26	133,27	286,16	
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1545	2262	38,11	75,23	16,02	45,29	119,81	161,07	633,29	1181,6	

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