

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)



Меню на 17.07.2025

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											
Каша пшенная молочная	180	200	6,08	6,76	9,38	10,42	23,27	25,86	202,5	224,9	
Какао с молоком	150	200	4,88	6,5	4,86	6,48	18,77	25,02	139,5	186	
Булка с маслом	35	0	2,62	0	1,01	0	17,99	0	91,68	0	
Каша пшенная с сахаром	0	103	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	
Булка с маслом	0	40	0	3	0	1,16	0	20,56	0	104,8	
Итого за завтрак 1	365	743	13,58	28,24	15,25	21,1	60,03	84,42	433,6	564,9	
Завтрак 2											
Яблоко	35	0	0,14	0	0,14	0	3,53	0	15,86	0	140
витаминизированный напиток валитек	0	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0	145,2	
Итого за завтрак 2	35	200	0,14	4,58	0,14	5,04	3,53	21,48	15,86	145,2	
Обед											
Суп вермишелевый с курицей без картофеля	150	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Тефтели куринные с рисом в томатном соусе	100	120	0	0	0	0	0	0	0	0	
Куры потрош,нные	0	80	0	14,01	0	15,38	0	7,54	0	232	
Свежие огурцы	35	0	0,69	0	0	0	1,73	0	7,28	0	
Компот из сухофруктов	150	0	0,78	0	0	0	20,22	0	80,58	0	
Свежие огурцы	0	40	0	0,79	0	0	0	1,98	0	8,32	
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,4	
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	475	685	4,55	19,31	0,56	16,01	37,03	53,44	168,3	438,2	
Полдник											
Кефир	110	120	6,1	6,65	7,63	8,32	9,8	10,69	135	147,3	
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	196,5	
Ужин 1											
Суфле с рыбой	90	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Свежий помидор	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Тушеный картофель	0	160	0	3,94	0	5,68	0	19,9	0	145,9	
Свежий помидор	0	40	0	0	0	0	0	0	0	0	
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	305	530	11,23	18,16	3,15	9,59	25,15	48,29	115,5	273,7	
Итого день	1335	2528	35,61	88,92	26,73	63,1	135,5	231,3	868,3	1619	

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