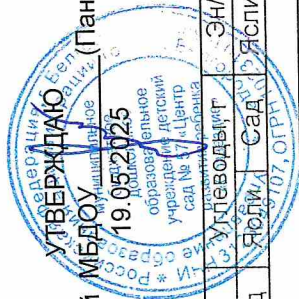


Меню на 19.05.2025

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)



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											
Макароны отварные с маслом, сахаром	110	110	0	0	0	0	0	0	0	0	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Печенье	35	35	2,47	2,47	0	0	38,85	38,85	143,33	143,33	
Итого за завтрак 1	295	345	11,45	14,45	2,28	3,04	48,59	51,83	180,24	192,55	
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											
Борщ постный со сметаной	180	200	1,44	1,6	3,06	3,4	7,74	8,6	64,8	72	
Оладьи из пчени	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	
Каша пшеничная	90	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Оладьи из пчени	0	80	0	13,98	0	15,36	0	7,52	0	231,52	
Каша пшеничная	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Компот из сухофруктов	180	0	0,94	0	0	0	24,26	0	96,7	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	560	825	17,69	31,02	17,06	22,39	53,66	92,28	444,48	661,97	
Полдник											
Кефир	135	145	2,1	2,25	1,75	1,88	2,73	2,93	37,07	39,82	
Печенье домашнее	70	80	5,75	6,57	3,75	4,28	33,8	38,63	191,93	219,35	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Итого за полдник	355	425	16,83	20,8	7,77	9,2	46,26	54,54	265,92	308,39	
Ужин 1											
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Салат из свежкы с маслом растительным	70	80	1,18	1,35	4,74	5,42	6,2	7,09	72,51	82,86	
Кисель из яблочного сока	150	180	1,02	1,22	0	0	21,77	26,12	87,15	104,58	
Булка	40	40	2,99	2,99	1,16	1,16	20,55	20,55	104,76	104,76	
Итого за ужин 1	300	340	5,19	5,56	5,9	6,58	48,51	53,75	264,42	292,2	
Итого день	1610	2035	51,17	71,84	33,01	41,2	197,03	252,41	1155,1	1455,1	

Исполнитель: Медсестра (Тимоновская В.Д.)