

Заведующий МЕДОУ (Панова Т.В.)



Меню на 21.05.2025

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											268
Запеканка творожная	100	120	11,16	13,39	9,78	11,74	15,02	18,02	197,6	237,12	
Соус сметанный сладкий	35	40	1,28	1,46	1,93	2,2	2,77	3,17	46,77	53,45	
Каша пшеничная с сахаром	103	103	0	0	0	0	0	0	0	0	
Какао с молоком	150	180	4,88	5,85	4,86	5,83	18,77	22,52	139,5	167,4	
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	47	2,77	3,52	1,07	1,36	19,02	24,16	96,92	123,12	
Итого за завтрак 1	605	690	30,87	36,21	20,37	24,17	67,26	80,85	525,09	630,31	
Завтрак 2											140
Яблоко	103	103	0,42	0,42	0,42	0,42	10,4	10,4	46,67	46,67	
Итого за завтрак 2	103	103	0,42	0,42	0,42	0,42	10,4	10,4	46,67	46,67	
Обед											
Суп рисовый с мк/б	180	200	4,34	4,82	2,21	2,46	8,8	9,78	73,44	81,6	
Картофель тушеный с мясом	140	190	0	0	0	0	0	0	0	0	
Свежие огурцы	30	40	0,59	0,79	0	0	1,48	1,98	6,24	8,32	
Компот из сухофруктов	50	200	0,26	1,04	0	0	6,74	26,96	26,86	107,44	
Хлеб ржаной	40	45	3,08	3,46	0,56	0,63	15,08	16,97	80,4	90,45	
Итого за обед	440	675	8,27	10,12	2,77	3,09	32,1	55,68	186,94	287,81	
Полдник											
Кефир	115	125	1,79	1,94	1,49	1,62	2,32	2,53	31,58	34,33	
Ватрушка с творогом	70	80	7,32	8,37	7,61	8,7	23,13	26,43	200,61	229,27	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Итого за полдник	335	405	18,09	22,29	11,38	13,36	35,19	41,94	269,1	312,81	
Ужин 1											
Молочная вермишель	180	200	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	
Каша рисовая с маслом, сахаром	120	120	2,88	2,88	2,64	2,64	30,96	30,96	157,19	157,19	1
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57	78,57	
Итого за ужин 1	480	550	14,1	17,1	5,79	6,55	56,1	59,35	272,68	284,98	
Итого день	1963	2423	71,76	86,13	40,74	47,59	201,05	248,22	1300,5	1562,6	

Исполнитель: Медсестра Тимоновская В.Д.