

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)



Меню на 23.07.2025

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	100	120	11,16	13,39	9,78	11,74	15,02	18,02	197,6	237,12	268
Соус сметанный сладкий	35	40	1,28	1,46	1,93	2,2	2,77	3,17	46,77	53,45	
Какао с молоком	150	0	4,88	0	4,86	0	18,77	0	139,5	0	
Каша пшенная с сахаром	0	103	0	0	0	0	0	0	0	0	
Булка с маслом	37	0	2,77	0	1,07	0	19,02	0	96,92	0	
Какао с молоком	0	180	0	5,85	0	5,83	0	22,52	0	167,4	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Булка с маслом	0	47	0	3,52	0	1,36	0	24,16	0	123,12	
Итого за завтрак 1	322	690	20,09	36,21	17,64	24,17	55,57	80,85	480,79	630,31	
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											
Суп рисовый с мк/б	180	200	4,34	4,82	2,21	2,46	8,8	9,78	73,44	81,6	
Картофель тушенный с мясом	130	190	0	0	0	0	0	0	0	0	
Свежие огурцы	35	40	0,69	0,79	0	0	1,73	1,98	7,28	8,32	
Компот из сухофруктов	150	200	0,78	1,04	0	0	20,22	26,96	80,58	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	535	675	8,89	10,12	2,77	3,09	45,83	55,68	241,7	287,81	
Полдник											
Кефир	115	125	1,79	1,94	1,49	1,62	2,32	2,53	31,58	34,33	
Плюшка	70	80	2,77	3,16	4,47	5,11	23,29	26,61	144,38	165	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	185	405	4,56	17,09	5,96	9,77	25,61	42,12	175,96	248,55	
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	
Булка	30	0	2,24	0	0,87	0	15,41	0	78,57	0	
Каша рисовая с маслом, сахаром	0	120	0	2,88	0	2,64	0	30,96	0	157,19	1
Булка	0	30	0	2,24	0	0,87	0	15,41	0	78,57	
Итого за ужин 1	360	550	11,22	17,1	3,15	6,55	25,14	59,35	115,49	284,98	
Итого день	1505	2423	45,18	80,93	29,94	43,99	162,56	248,4	1060,6	1498,3	

Исполнитель: Медсестра Тимоновская В.Д.)