

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)

24.07.2025

Меню на 24.07.2025

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 пшеничная молочная	180	200	6,12	6,8	7,83	8,7	19,08	21,2	122,67	136,3	
Каша пшеничная	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	
Кофейный напиток с молоком	150	0	3,43	0	3,78	0	16,11	0	108,9	0	
Булка с маслом	37	0	2,77	0	1,07	0	19,02	0	96,92	0	
Кофейный напиток с молоком	0	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0	145,2	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Гренка с сыром	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 1	367	745	12,33	23,36	12,68	16,78	54,21	55,66	328,49	330,72	
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 картофельный с гренками	180	200	9,85	10,94	2,7	3	29,02	32,24	144,5	160,56	
Котлета куриная	70	80	12,26	14,01	13,46	15,38	6,6	7,54	202,97	231,97	
Свекольно- морковная икра	120	160	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Компот из свежих яблок	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Рис отварной	0	130	0	3,11	0	5,05	0	24,46	0	155,37	
Компот из свежих яблок	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	1
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	815	25,18	31,53	16,72	24,06	50,69	81,21	427,88	638,35	
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 1											
Тефтели из рыбы	90	100	8,05	8,95	4,93	5,48	8,25	9,16	108,96	121,07	
Салат со свежими огурцами и помидорами	40	50	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	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57	78,57	
Итого за ужин 1	310	380	19,28	23,17	8,08	9,39	33,39	37,56	224,45	248,86	
Итого день	1495	2510	63,31	101,27	45,53	66,63	158,49	219,57	1162,5	1559,7	

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