

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)

Меню на 26.05.2025



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											
Каша гречневая с маслом и сахаром	100	110	5,23	5,75	3,53	3,88	26,35	28,99	158,01	173,81	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Пряник	35	35	2,73	2,73	5,6	5,6	21,91	21,91	149,1	149,1	
Итого за завтрак 1	285	345	16,94	20,46	11,41	12,52	58	63,88	344,02	372,13	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,41	0,41	0,41	0,41	10,1	10,1	45,31	45,31	140
Итого за завтрак 2	100	100	0,41	0,41	0,41	0,41	10,1	10,1	45,31	45,31	
Обед											
Суп гороховый	180	200	5,15	5,72	0,43	0,48	14,51	16,12	91,69	101,88	
Запеканка рисовая с печенью	140	180	14,66	18,85	14,52	18,67	27,78	35,71	300,08	385,81	
Свежие огурцы	33	43	0,65	0,85	0	0	1,63	2,12	6,86	8,94	
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	543	668	24,32	29,92	15,51	19,78	79,21	97,88	559,61	694,53	
Полдник											
Печенье	0	35	0	2,47	0	0	0	38,85	0	143,33	
Чай с сахаром	150	0	8,98	0	2,28	0	9,73	0	36,92	0	
Печенье	30	0	2,11	0	0	0	33,3	0	122,85	0	
Чай с сахаром	0	200	0	11,98	0	3,04	0	12,98	0	49,22	
Итого за полдник	180	235	11,1	14,45	2,28	3,04	43,04	51,83	159,77	192,55	
Ужин 1											
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0	
Икра кабачковая (овощ.консервы порция)	50	60	0	0	0	0	0	0	0	0	
Вермишель с маслом	130	130	5,07	5,07	5,33	5,33	27,09	27,09	179,71	179,71	
Кисель из яблочного сока	150	180	1,02	1,22	0	0	21,77	26,12	87,15	104,58	
Булка	30	30	2,24	2,24	0,87	0,87	15,41	15,41	78,57	78,57	
Итого за ужин 1	400	440	8,33	8,53	6,2	6,2	64,26	68,62	345,43	362,86	
Итого день	1508	1788	61,1	73,77	35,81	41,94	254,61	292,3	1454,1	1667,4	

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