

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)

Меню на 28.05.2025



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											
Запеканка творожная	90	100	10,04	11,16	8,8	9,78	13,52	15,02	177,84	197,6	268
Соус сметанный сладкий	35	40	1,28	1,46	1,93	2,2	2,77	3,17	46,77	53,45	
Каша пшенная с сахаром	103	103	0	0	0	0	0	0	0	0	
Кофейный напиток с молоком	150	200	3,43	4,58	3,78	5,04	16,11	21,48	108,9	145,2	
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Булка с маслом	35	40	2,62	3	1,01	1,16	17,99	20,56	91,69	104,79	
Итого за завтрак 1	563	683	26,37	32,18	17,8	21,22	60,13	73,21	462,12	550,26	
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											
Свекольник на м/к б со сметанной	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Биточки мясные в томатном соусе свинина	80	0	13,98	0	15,36	0	7,52	0	231,52	0	
Суп картофельный	0	200	0	10,94	0	3	0	32,24	0	160,56	
Биточки мясные в томатном соусе свинина	0	90	0	15,73	0	17,28	0	8,46	0	260,46	
Пюре из гороха	100	0	11,35	0	0,79	0	25,07	0	152,81	0	
Пюре из гороха	0	130	0	14,76	0	1,03	0	32,59	0	198,65	
Свежие огурцы	30	0	0,59	0	0	0	1,48	0	6,24	0	
Компот из свежих яблок	150	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Свежие огурцы	0	40	0	0,79	0	0	0	1,98	0	8,32	
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	580	905	29,01	45,68	16,71	21,94	49,15	92,23	470,97	718,44	
Полдник											
Кефир	115	125	6,38	6,93	7,97	8,67	10,24	11,13	141,18	153,45	
Булочка домашняя	70	80	2,77	3,16	4,46	5,1	23,28	26,6	144,32	164,94	
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	18,13	22,07	14,72	16,81	43,25	50,71	322,41	367,61	
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	180	200	1,4	1,56	4,64	5,16	19,67	21,86	126	140	
Рис отварной	100	100	2,39	2,39	3,88	3,88	18,82	18,82	119,52	119,52	
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	460	530	15,03	18,18	11,68	12,95	63,64	69,07	361	387,31	
Итого день	2041	2626	88,95	118,53	61,32	73,33	226,57	295,62	1663,2	2070,3	

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