

Заведующий МБДОУ (Панова Т.В.)

Меню на 29.05.2025

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 пшенная молочная	180	200	6,08	6,76	9,38	10,42	23,27	25,86	202,5	224,9	
Какао с молоком	150	200	4,88	6,5	4,86	6,48	18,77	25,02	139,5	186	
Каша пшенная с сахаром	103	103	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 с маслом	37	0	2,77	0	1,07	0	19,02	0	96,92	0	
Гренка с сыром	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 1	620	748	22,72	25,24	17,59	19,94	70,79	63,86	475,8	460,2	
Завтрак 2											
Сок	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
витаминизированный напиток валитек	0	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0	145,2	
Итого за завтрак 2	100	200	0	4,58	0	5,04	0	21,48	0	145,2	
Обед											
Суп вермишелевый с курицей без картофеля	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Тефтели куриные с рисом в томатном соусе	120	142	0	0	0	0	0	0	0	0	
Куры потрошенные	0	80	0	14,01	0	15,38	0	7,54	0	232	
Свежие огурцы	20	0	0,4	0	0	0	0,99	0	4,16	0	
Компот из сухофруктов	150	0	0,78	0	0	0	20,22	0	80,58	0	
Свежие огурцы	0	20	0	0,4	0	0	0	0,99	0	4,16	
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,4	
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	510	687	4,26	18,91	0,56	16,01	36,29	52,45	165,1	434	
Полдник											
Кефир	120	130	6,65	7,21	8,32	9,01	10,69	11,58	147,3	159,6	
Булка с повидлом	45	50	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром	150	200	8,98	11,98	2,28	3,04	9,73	12,98	36,92	49,22	
Итого за полдник	315	380	15,64	19,19	10,6	12,05	20,42	24,56	184,2	208,8	
Ужин 1											
Суфле с рыбой	100	130	0	0	0	0	0	0	0	0	
Тушеный картофель	160	160	3,94	3,94	5,68	5,68	19,9	19,9	145,9	145,9	
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	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	470	520	16,97	18,16	9,29	9,59	47	48,29	268,8	273,7	
Итого день	2015	2535	59,58	86,08	38,03	62,64	174,5	210,6	1094	1522	

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