

Меню на 14.05.2025

Заведующий МБДОУ (Танова Т.В.)

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	180	200	4,12	4,58	4,54	5,04	19,33	21,48	130,68	145,2	
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	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	623	683	28,85	32,18	19,01	21,22	65,29	73,21	491,28	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											
Суп гречневый на м/кб	180	200	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ленивые голубцы с мясом, с рисом	130	180	8,69	12,04	9,59	13,27	14,07	19,48	177,64	245,96	
Компот из сухофруктов	180	200	0,94	1,04	0	0	24,26	26,96	96,7	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	530	625	12,71	16,54	10,15	13,9	53,41	63,4	354,74	443,85	
Полдник											
Кефир	120	130	6,65	7,21	8,32	9,01	10,69	11,58	147,31	159,59	
Лепешка диетическая	70	80	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром	180	200	10,78	11,98	2,74	3,04	11,68	12,98	44,3	49,22	
Итого за полдник	370	410	17,43	19,19	11,06	12,05	22,37	24,56	191,61	208,81	
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	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	490	530	16,82	18,18	12,13	12,95	65,59	69,07	368,39	387,31	
Итого день	2116	2351	76,24	86,51	52,76	60,54	217,06	240,64	1452,7	1636,9	

Исполнитель: Медсестра (Тимоновская В.Д.)