

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Диденко Т.М.)
01.07.2025

Меню на 01.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Суп молочный с геркулесовой крупой	160	178	5,1	5,68	6,16	6,85	21,33	23,73	163,87	182,31
Бутерброд с маслом	41	50	2,87	3,5	0,1	0,13	18,28	22,3	89,1	108,65
Кофе с молоком	140	166	3,5	4,15	3,12	3,7	19,71	23,37	121,46	144,02
Завтрак 2										
Яблоко	91	101	0	0	0	0	0	0	0	0
На весь день										
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Борщ со сметаной на мясном бульоне	176	196	69,64	77,56	51,18	57	96,66	107,64	1126,4	1254,4
Отварной рис	73	88	1,67	2,02	1,96	2,36	18,74	22,59	102	122,96
Гуляш мясной	68	91	12,62	16,89	14,09	18,86	3,92	5,25	192,98	258,25
Салат из капусты и свежим помидором	30	40	4,22	5,63	15,23	20,3	27,05	36,07	262,2	349,6
Хлеб	32	41	2,46	3,15	0,96	1,23	15,88	20,34	83,76	107,31
Компот из сухофруктов	140	167	0,73	0,87	0	0	18,87	22,51	75,21	89,71
Полдник										
Кефир 2.5% жирности	111	133	3,07	3,68	3,52	4,22	9,52	11,41	80,14	96,03
Печенье	19	24	1,52	1,92	4,56	5,76	11,55	14,59	93,71	118,37
Ужин 1										
Рыба запеченая	86	129	21,01	31,51	12,9	19,35	4,05	6,08	216,23	324,34
Икра свекольная	117	135	1,7	1,96	3,63	4,18	9,96	11,49	79,16	91,34
Булка	30	39	2,31	3	0,9	1,17	14,94	19,42	78,6	102,18
Чай с сахаром	147	176	0,16	0,19	0,04	0,05	11,61	13,9	44,03	52,71
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: Ст.медсестра _____ (Оспищева С.А)