


УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (М. М. Мусанова)

15.10.2024

Меню на 15.10.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Каша молочная манная	150	150	4,5	4,5	4,8	4,8	22,95	22,95	184,98	184,98
Булка с маслом	25	35	1,53	2,14	4,72	6,6	9,14	12,8	85	119
Какао с молоком	160	180	2,56	2,88	2,08	2,34	11,36	12,78	164,69	185,27
Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
Завтрак 2										
Сок	100	0	0	0	0	0	11,2	0	45	0
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	9,5	0	40
На весь день										
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Суп с клецками на мясном бульоне	150	200	0,99	1,32	2,88	3,84	3,75	5	53,85	71,8
Плов с мясом	150	170	15	17	13,84	15,69	25,05	28,39	284,99	322,98
Помидор соленый	0	50	0	0,55	0	0,05	0	0,8	0	8
Помидор соленый перетертый	40	0	0,44	0	0,04	0	0,64	0	6,4	0
Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,36	0,48	10,02	13,36	51,99	69,32
Компот из сухофруктов	160	180	0,35	0,4	0,02	0,02	22,24	25,02	97,57	109,76
Полдник										
Кефир	130	150	3,9	4,5	3,25	3,75	5,2	6	68,9	79,5
Пицца "Детская"	100	100	16,6	16,6	13,4	13,4	27,6	27,6	297	297
Ужин 1										
Котлета рыбная	70	70	8,89	8,89	2,87	2,87	6,23	6,23	86,3	86,3
Макаронны с маслом	100	100	3,68	3,68	3,01	3,01	17,6	17,6	112,3	112,3
Свекла кусочком	0	50	0	0,84	0	0,09	0	4,98	0	22
Свекла перетертая с луком	50	0	0,71	0	3,05	0	4,18	0	46,95	0
Булка	30	30	2,25	2,25	0,9	0,9	15,6	15,6	78	78
Кисель на соке	160	180	0,45	0,5	0,05	0,05	17,94	20,18	98,83	111,19
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: Врач (диетсестра)  (Т.В. Апарина)