

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (М. М. Мусанова)
17.10.2024

Меню на 17.10.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Омлет на молоке	100	100	8,81	8,81	16,9	16,9	1,7	1,7	195,4	195,4
Икра кабачковая	40	50	0,36	0,45	1,88	2,35	2,36	2,95	27,84	34,8
Булка с маслом	25	0	1,53	0	4,72	0	9,14	0	85	0
Гренка с маслом и тертым сыром	0	45	0	4,73	0	8,11	0	16,56	0	138,83
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 вермишелевый на курином бульоне	150	200	1,61	2,14	1,69	2,26	10,29	13,72	62,85	83,8
Биточки куриные запеченные	70	80	10,5	12	10,78	12,32	11,62	13,28	183,19	209,36
Пюре картофельное	110	130	2,24	2,65	3,52	4,16	14,96	17,68	100,73	119,04
Огурец соленый перетертый	40	0	0,54	0	0,06	0	1,14	0	7,34	0
Салат из соленых огурцов	0	60	0	0,52	0	0,31	0	1,57	0	35,88
Хлеб ржаной	30	40	1,5	2	0,3	0,4	12,75	17	61,2	81,6
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	3,77	4,35	3,25	3,75	5,07	5,85	72,8	84,01
Творожная лепешка	100	100	10,48	10,48	10,9	10,9	33,1	33,1	287,28	287,28
Ужин 1										
Тефтели из рыбы	100	120	11,96	14,35	4,65	5,58	12,1	14,52	138,69	166,43
Икра свекольная	50	60	1,17	1,41	2,3	2,76	6,15	7,38	5,05	6,06
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)