

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (М. М. Мусанова)
12.05.2025

Меню на 12.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Каша пшенная с маслом сахаром	130	150	5,1	5,88	8,59	9,92	28,77	33,19	174,33	201,15
Печенье	30	30	1,95	1,95	3	3	22,5	22,5	126	126
Чай с сахаром	150	180	0,03	0,04	0,01	0,02	7,01	8,41	30	36
Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
Завтрак 2										
Сок	90	100	0	0	0	0	10,08	11,2	40,5	45
На весь день										
Соль	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Суп гороховый	150	200	3,3	4,4	3,15	4,2	9,75	13	103,35	137,8
Запеканка из печени и картофеля	150	170	21,45	24,31	8,25	9,35	26,85	30,43	183,73	208,23
Икра кабачковая	40	50	0,36	0,45	1,88	2,35	2,36	2,95	27,84	34,8
Хлеб ржаной	40	40	2,64	2,64	0,48	0,48	13,36	13,36	69,32	69,32
Компот из сухофруктов	150	180	0,33	0,4	0,01	0,02	20,85	25,02	91,47	109,76
Полдник										
Кефир	120	130	3,6	3,9	3	3,25	4,8	5,2	63,6	68,9
Булка с повидлом	35	45	1,58	2,03	0,84	1,08	10,96	14,09	146,14	187,9
Ужин 1										
Каша молочная гречневая	150	180	4,47	5,36	8,2	9,85	20,27	24,32	179,96	215,95
Булка	30	30	2,25	2,25	0,9	0,9	15,6	15,6	78	78
Какао с молоком	160	180	2,56	2,88	2,08	2,34	11,36	12,78	164,69	185,27
Рекомендованный ужин 2										

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