

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (М. М. Мусанова)

13.05.2025

Меню на 13.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Суп молочный с макаронными изделиями	150	150	4,3	4,3	3,9	3,9	27,09	27,09	108,87	108,87
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
Кофейный напиток с молоком	160	180	2,53	2,84	2,14	2,41	12,77	14,36	80,83	90,94
Яблоко	0	100	0	0,4	0	0,4	0	9,8	0	47
Завтрак 2										
Напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	9,5	0	40
Яблоко	100	0	0,4	0	0,4	0	9,8	0	47	0
На весь день										
Соль	2	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Борщ на мясном бульоне	150	200	1,1	1,46	4,6	6,14	7,65	10,2	61,5	82
Котлета из говядины	60	70	8,94	10,43	6,6	7,7	8,74	10,19	129,75	151,38
Рис отварной с маслом	110	130	2,67	3,16	3,94	4,65	26,84	31,72	153,77	181,73
Салат из протертого зеленого горошка	40	50	1,19	1,49	2,07	2,59	2,5	3,13	33,44	41,8
Хлеб ржаной	40	45	2,64	2,97	0,48	0,54	13,36	15,03	69,32	77,99
Компот из сухофруктов	150	180	0,33	0,4	0,01	0,02	20,85	25,02	91,47	109,76
Полдник										
Кефир	120	120	3,6	3,6	3	3	4,8	4,8	63,6	63,6
Гренка в молоке	40	50	4,21	5,26	7,21	9,01	22,72	28,4	123,4	154,25
Яйцо	1	1	0,13	0,13	0,11	0,11	0,01	0,01	1,58	1,58
Ужин 1										
Рыба запеченная в духовке	60	70	14,94	17,43	9,32	10,88	2,57	3	70,79	82,59
Картофель отварной	100	100	1,97	1,97	2,69	2,69	15,53	15,53	94,17	94,17
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	150	180	0,42	0,5	0,04	0,05	16,82	20,18	92,66	111,19
Рекомендованный ужин 2										

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