

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (М. М. Мусанова)
18.04.2025

Меню на 18.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Пудинг из творога	100	110	17,54	19,29	12,05	13,26	17,15	18,86	246,98	271,68
Сметана	15	20	0,39	0,52	2,25	3	0,54	0,72	24	32
Булка с маслом	25	35	1,53	2,14	4,72	6,6	9,14	12,8	85	119
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	100	100	0	0	0	0	11,2	11,2	45	45
На весь день										
Соль	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Суп рисовый на мясном бульоне	150	200	1,67	2,22	1,93	2,58	7,74	10,32	54,45	72,6
Гуляш из отварной свинины	70	80	9	10,28	7,24	8,27	2,31	2,64	110,25	126
Каша гречневая вязкая с маслом	110	130	6,27	7,41	4,25	5,02	28,27	33,41	175,99	207,99
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
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	110	120	3,3	3,6	2,75	3	4,4	4,8	58,3	63,6
Пирог с яблоками	100	100	7,1	7,1	12,6	12,6	51,79	51,79	256,97	256,97
Ужин 1										
Каша молочная пшеница	150	150	4,01	4,01	4,24	4,24	24,56	24,56	152,38	152,38
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)