

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (М. М. Мусанова)
23.04.2025

Меню на 23.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Молочная вермишель	150	150	4,3	4,3	3,91	3,91	14,13	14,13	108,85	108,85
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	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 гречневый на мясном бульоне	150	200	1,56	2,08	1,68	2,24	10,2	13,6	67,2	89,6
Голубцы ленивые со свиной	170	190	15,03	16,8	9,64	10,77	21,3	23,81	232,39	259,73
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
Пряник	30	30	1,89	1,89	0,63	0,63	22,68	22,68	103,8	103,8
Яйцо	1	1	0,13	0,13	0,11	0,11	0,01	0,01	1,58	1,58
Ужин 1										
Сырники	110	130	12,1	14,3	13,94	16,47	12,54	14,82	308,05	364,06
Сметана	15	20	0,39	0,52	2,25	3	0,54	0,72	24	32
Булка	30	30	2,25	2,25	0,9	0,9	15,6	15,6	78	78
Чай с сахаром	150	180	0,03	0,04	0,01	0,02	7,01	8,41	30	36
Рекомендованный ужин 2										

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