

Меню на 29.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1					
Каша пшенная молочная	150	200	5,04	6,72	7,77
Булка	25	0	1,65	0	0,3
Каша пшенная с сахаром диетическая	0	100	0	0,34	0
Булка	0	38	0	2,51	0
Чай	150	0	0,51	0	0,21
Чай	0	200	0	0,68	0
Яблоко	88	0	0,29	0	0,29
Яблоко	0	114	0	0,38	0
Итого за завтрак 1	413	652	7,49	10,63	8,57
Завтрак 2					
Сок	118	149	6,25	7,89	6,25
Итого за завтрак 2	118	149	6,25	7,89	6,25
Обед					
Борщ с мясом и сметаной	150	200	2,31	3,08	7,61
Суп овощной диетический	0	200	0	2	0
Каша пшеничная с маслом	94	0	0,73	0	2,41
Каша пшеничная с маслом	0	96	0	0,74	0
Котлета мясная	79	0	19,16	0	11,39
Котлета мясная	0	86	0	20,85	0
Огурец свежий	33	0	0,25	0	0
Компот из сухофруктов	150	0	0,45	0	0
Огурец свежий	0	40	0	0,3	0
Компот из сухофруктов	0	200	0	0,6	0
Хлеб	35	0	2,31	0	0,42
Соль	2	0	0	0	0
Хлеб	0	50	0	3,3	0
Соль	0	2	0	0	0
Итого за обед	543	874	25,21	30,87	21,83
Полдник					
Кефир 2.5 % жирности	125	153	3,38	4,14	2,94
Булка	25	36	1,65	2,38	0,3
Итого за полдник	150	189	5,03	6,52	3,24
Ужин 1					
Тефтели рыбные в томатном соусе	78	87	13,48	15,04	2,97
Картофель отварной диетический	0	100	0	2	0
Салат из свеклы	55	0	0,27	0	1,67
Булка	25	0	1,65	0	0,3
Салат из свеклы	0	63	0	0,31	0
Булка	0	32	0	2,11	0
Кофейный напиток	150	0	0	0	0
Кофейный напиток	0	200	0	0	0
Итого за ужин 1	308	482	15,4	19,46	4,94
Рекомендованный ужин 2					
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0
Итого день	1532	2346	59,38	75,37	44,83

Исполнитель: _____()