

УТВЕРЖДАЮ

(Печеных И.В.)

02.07.2025

Меню на 02.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Запеканка творожная со сметаной	87	110	7,13	7,13	5,94	5,94	16,53	16,53	147,48	147,48	124
Какао на молоке	150	200	2,34	3,12	2	2,66	10,64	14,18	70	93,34	158
Итого за завтрак 1	237	310	9,47	10,25	7,94	8,6	27,17	30,71	217,48	240,82	
Завтрак 2											
Сок	118	154	6,52	7,84	6,52	7,84	15,02	18,07	58,29	70,15	145
Итого за завтрак 2	118	154	6,52	7,84	6,52	7,84	15,02	18,07	58,29	70,15	
Обед											
суп картофельный с клецками и мясом	150	200	1,77	2,36	6,02	8,03	9,89	13,19	101	134,66	1
Гречневый суп диетический	0	200	0	2,2	0	3,4	0	9,9	0	109	202
Ленивые голубцы с рисом	141	0	9,96	0	6,48	0	6,51	0	148,04	0	17
Ленивые голубцы	0	186	0	7,94	0	4,93	0	5,24	0	117,9	15
Компот из сухофруктов	0	200	0	0,6	0	0	0	31,6	0	130	144
Компот из сухофруктов	150	0	0,45	0	0	0	23,7	0	97,5	0	144
Хлеб	0	52	0	3,3	0	0,6	0	16,7	0	87	254
Соль	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	197
Хлеб	35	0	2,31	0	0,42	0	11,69	0	60,9	0	254
Соль	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	197
Итого за обед	478	840	14,49	16,4	12,92	16,96	51,79	76,63	407,44	578,56	
Полдник											
Ватрушка с творогом	84	90	5,16	5,16	1,96	1,96	30,55	30,55	160,06	160,06	61
Кефир 2.5 % жирности	126	165	3,38	4,17	2,94	3,62	3,75	4,62	62,47	76,97	137
Итого за полдник	210	255	8,54	9,33	4,9	5,58	34,3	35,17	222,53	237,03	
Ужин 1											
Каша пшенная молочная	150	200	5,04	6,72	7,77	10,36	19,28	25,71	167,69	223,58	85
Каша пшенная с сахаром дитетическая	0	100	0	0,34	0	0	0	8,02	0	55,55	89
Кофейный напиток с молоком	150	0	3,12	0	2,66	0	14,18	0	93,34	0	162
Булка	25	0	1,65	0	0,3	0	8,35	0	43,49	0	49
Кофейный напиток с молоком	0	200	0	3,12	0	2,66	0	14,18	0	93,34	162
Булка	0	36	0	2,31	0	0,42	0	11,69	0	60,89	49
Итого за ужин 1	325	536	9,81	12,49	10,73	13,44	41,81	59,6	304,52	433,36	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1368	2095	48,83	56,31	43,01	52,42	170,09	220,18	1210,3	1559,9	

Исполнитель: _____()