

Меню на 11.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1					
Молочная вермишель	150	200	8,92	11,9	8,4
Булка	25	0	1,65	0	0,3
Каша пшенная с сахаром диетическая	0	100	0	0,34	0
Булка	0	31	0	2,05	0
Чай	150	0	0,51	0	0,21
Чай	0	200	0	0,68	0
Итого за завтрак 1	325	531	11,08	14,97	8,91
Завтрак 2					
Сок	104	104	5,51	5,51	5,51
Итого за завтрак 2	104	104	5,51	5,51	5,51
Обед					
Свекольник с мясом и сметаной	150	200	1,08	1,44	3,72
Суп пшенный диетический	0	200	0	1,04	0
Суфле мясное	122	0	20,83	0	11,41
Помидор свежий	34	0	0,21	0	0
Суфле мясное	0	126	0	21,51	0
Картофель тушеный с мясом диетический	0	136	0	91,64	0
Компот из сухофруктов	150	0	0,45	0	0
Помидор свежий	0	39	0	0,24	0
Хлеб	40	0	2,64	0	0,48
Компот из сухофруктов	0	200	0	0,6	0
Соль	2	0	0	0	0
Хлеб	0	48	0	3,17	0
Соль	0	2	0	0	0
Итого за обед	498	951	25,21	119,64	15,61
Полдник					
Кисель из сока	150	200	0,23	0,31	0
Булка	25	34	1,65	2,31	0,3
Итого за полдник	175	234	1,88	2,62	0,3
Ужин 1					
Тефтели рыбные	69	81	11,92	13,99	1,93
Салат из свеклы	55	63	0,27	0,31	1,67
Булка	25	0	1,65	0	0,3
Картофель отварной диетический	0	100	0	2	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	299	476	13,84	18,41	3,9
Рекомендованный ужин 2					
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0
Итого день	1401	2296	57,52	161,15	34,23

Исполнитель: _____()