

Меню на 25.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жир
	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 гречневая диетическая	0	100	0	1	0
Булка	0	37	0	2,44	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	651	11,37	16,4	9,2
Завтрак 2					
Сок	118	147	6,25	7,79	6,25
Итого за завтрак 2	118	147	6,25	7,79	6,25
Обед					
Свекольник с мясом и сметаной	150	200	1,08	1,44	3,72
Суп овощной диетический	0	200	0	2	0
Ленивые голубцы с рисом	138	0	10,41	0	6,77
Ленивые голубцы с рисом	0	169	0	12,74	0
Огурец свежий	38	0	0,29	0	0
Компот из сухофруктов	150	0	0,45	0	0
Огурец свежий	0	38	0	0,29	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	49	0	3,23	0
Соль	0	2	0	0	0
Итого за обед	513	858	14,54	20,3	10,91
Полдник					
Кисель из сока	150	200	0,23	0,31	0
Булка	25	36	1,65	2,38	0,3
Итого за полдник	175	236	1,88	2,69	0,3
Ужин 1					
Суфле рыбное	138	147	15,83	19,07	16,09
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	2,31	0
Кофейный напиток	150	0	0	0	0
Кофейный напиток	0	200	0	0	0
Итого за ужин 1	368	542	17,75	23,69	18,06
Рекомендованный ужин 2					
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0
Итого день	1587	2434	51,79	70,87	44,72

Исполнитель: _____()