

УТВЕРЖДАЮ
(Печеных И.В.)
27.06.2025

Меню на 27.06.2025

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											
Каша геркулесовая молочная	150	200	6,6	6,6	3,4	3,4	33,6	33,6	192	192	81
Каша пшенная с сахаром дитетическая	0	100	0	0,34	0	0	0	8,02	0	55,55	89
Булка	0	31	0	2,31	0	0,42	0	11,69	0	60,89	49
Чай	0	200	0	0,68	0	0,28	0	19	0	20	160
Итого за завтрак 1	325	531	8,76	9,93	3,91	4,1	56,2	72,31	250,49	328,44	
Завтрак 2											
Яблоко	105	121	0,38	0,38	0,38	0,38	9,32	9,32	47	47	252
Итого за завтрак 2	105	121	0,38	0,38	0,38	0,38	9,32	9,32	47	47	
Обед											
Свекольник с мясом и сметаной	150	200	1,08	1,44	3,72	4,96	7,41	9,88	67,49	89,98	216
Суп пшенный диетический	0	200	0	0,52	0	1,28	0	4,94	0	35,14	226
Суфле мясное	0	153	0	17,07	0	9,35	0	6,85	0	179,44	31
Каша гречневая диетическая	0	100	0	1	0	1	0	1,1	0	46	101
Салат из капусты белокочанной,моркови и лука	0	76	0	1,18	0	5,39	0	3,88	0	69,63	172
Компот из сухофруктов	0	200	0	0,6	0	0	0	31,6	0	130	144
Хлеб	0	47	0	3,3	0	0,6	0	16,7	0	87	254
Соль	0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	197
Итого за обед	519	978	22,09	25,11	18,88	22,58	53,53	74,95	474,96	637,19	
Полдник											
Кисель из сока	150	150	0,31	0,31	0	0	39,4	39,4	158,84	158,84	141
Булка	25	30	2,31	2,31	0,42	0,42	11,69	11,69	60,89	60,89	49
Итого за полдник	175	180	2,62	2,62	0,42	0,42	51,09	51,09	219,73	219,73	
Ужин 1											
Тефтели рыбные	76	93	13,82	13,82	2,24	2,24	3,79	3,79	82,26	82,26	1
Картофель отварной диетический	0	100	0	2	0	0,1	0	9,12	0	54,1	71
Салат из свеклы	0	63	0	0,31	0	1,91	0	3,62	0	33,65	167
Булка	0	32	0	2,31	0	0,42	0	11,69	0	60,89	49
Кофейный напиток	0	200	0	0	0	0	0	13,8	0	64	154
Итого за ужин 1	306	488	15,74	18,44	4,21	4,67	25,65	42,02	203,13	294,9	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1430	2298	49,59	56,48	27,8	32,15	195,79	249,69	1195,3	1527,3	

Исполнитель: _____()