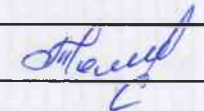


заведующий МБДОУ №70 (Семикопенко О.Н.)



Меню на 23.05.2025

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 молочная пшеничная	160	180	7,13	8,02	8,5	9,56	14,13	15,9	482,01	542,32	4557
Булка	30	35	2,85	3,32	1,8	2,1	18,44	21,51	87,87	102,52	496
Кофе с молоком	160	180	5,1	5,74	5,52	6,21	19,3	21,71	150,43	169,25	578
Чай диета	0	180	0	10,69	0	2,72	0	11,57	0	43,89	63
Итого за завтрак 1	350	575	15,08	27,77	15,82	20,59	51,87	70,69	720,31	857,98	
Завтрак 2											
Яблоко	90	100	0,37	0,41	0,37	0,41	9,08	10,09	40,79	45,32	256
Итого за завтрак 2	90	100	0,37	0,41	0,37	0,41	9,08	10,09	40,79	45,32	
Обед											
Суп с кл.цками на курином бульоне	160	180	4,08	4,59	1,38	1,55	13,52	15,21	91,39	102,82	43
Курица запеченная в томатно-сметанном соусе	120	120	28,4	28,4	24,4	24,4	9,87	9,87	377,72	377,72	5425
Картофельное пюре	135	150	11,36	12,62	20,25	22,5	13,14	14,6	111,49	123,88	56
Салат из свежих помидоров и огурцов (мелко нарезанный)	50	50	0,5	0,5	5,07	5,07	2,29	2,29	56,91	56,91	4556
Хлеб ржаной	40	45	2,38	2,68	0,4	0,45	17,62	19,82	75,14	84,54	562
Компот из яблок	160	180	6,2	6,98	6,2	6,98	14,28	16,07	55,5	62,44	124
Итого за обед	665	725	52,92	55,77	57,7	60,95	70,72	77,86	768,15	808,31	
Полдник											
Кефир	135	145	3,88	4,17	4,27	4,59	5,35	5,75	74,78	80,32	126
Булка	30	35	2,85	3,32	1,8	2,1	18,44	21,51	87,87	102,52	496
Итого за полдник	165	180	6,73	7,49	6,07	6,69	23,79	27,26	162,65	182,84	
Ужин 1											
Биточки рыбные	96	96	24,31	24,31	0,86	0,86	6,21	6,21	120,69	120,69	
Помидор свежий	30	30	0,2	0,2	0	0	1,25	1,25	5,75	5,75	543
Булка	30	35	2,85	3,32	1,8	2,1	18,44	21,51	87,87	102,52	496
Чай	160	180	9,5	10,69	2,42	2,72	10,28	11,57	39,01	43,89	63
Итого за ужин 1	316	341	36,86	38,52	5,08	5,68	36,18	40,54	253,32	272,85	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1586	1921	111,95	129,96	85,04	94,32	191,62	226,44	1945,2	2167,3	

Исполнитель: медсестра  (Самойлова Т.Т.)