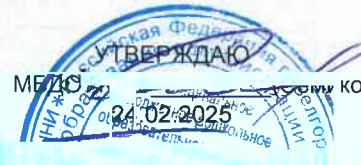


заведующий МБДОУ (Самойлова Т.Т.)



Меню на 24.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энерг. ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Яйцо вареное	1	1	4,8	4,8	4,1	4,1	0,3	0,3	56,6	56,6	546
Икра кабачковая	30	40	0,57	0,76	2,67	3,56	2,31	3,08		47,6	428
Пряник	35	45	3,11	3,99	4,9	6,3	25,55	32,85	133,44	171,56	345
Чай	160	180	9,5	10,69	2,42	2,72	12,68	14,27	40,4	45,45	125
Итого за завтрак 1	226	266	17,98	20,24	14,09	16,68	40,84	50,5	266,14	321,21	
Завтрак 2											
Сок	100	150	0,43	0,65	0	0	11,56	17,34	50,37	75,56	436
Итого за завтрак 2	100	150	0,43	0,65	0	0	11,56	17,34	50,37	75,56	
Обед											
Суп -пюре гороховый	160	180	5,72	6,44	0,48	0,54	16,12	18,14	101,85	114,59	
Гуляш из печени в томатном соусе	125	145	16,45	19,08	11,77	13,65	3,38	3,92	184,32	213,83	25
Вермишель отварная с маслом	115	125	4,46	4,85	6,15	6,69	23,75	25,82	174,24	189,39	
Салат из свежей капусты с луком	40	60	1	1,5	4	6	4,53	6,8	58,33	87,5	547
Хлеб ржаной	40	45	2,38	2,68	0,4	0,45	17,62	19,83	75,14	84,54	562
Компот из яблок	160	180	6,2	6,98	6,2	6,98	14,29	16,07	55,5	62,44	124
Лук репчатый (фитонциды)	5	10	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за обед	645	745	36,21	41,53	29	34,31	79,69	90,58	649,38	752,29	
Полдник											
Кефир	115	120	3,31	3,45	3,64	3,8	4,55	4,76	63,72	66,5	126
Пирожок с повидлом	100	100	4,37	4,37	7,07	7,07	36,8	36,8	228,2	228,2	
Итого за полдник	215	220	7,68	7,82	10,71	10,87	41,35	41,56	291,92	294,7	
Ужин 1											
Каша геркулесовая молочная	160	180	3,42	3,85	4,77	5,37	22,05	24,81	148,09	166,62	221
Булка	30	35	2,85	3,32	1,8	2,1	18,44	21,51	87,87	102,52	496
Какао на молоке	160	180	5,08	5,71	5,48	6,16	19,16	21,56	149,35	168,03	55421
Итого за ужин 1	350	395	11,35	12,88	12,05	13,63	59,65	67,88	385,31	437,17	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1536	1776	73,65	83,12	65,85	75,49	233,09	267,86	1643,1	1880,93	

Исполнитель: медсестра _____ (Самойлова Т.Т.)