

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий

(Дудар М.С.)

25.04.2025

Меню на 28.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Яйцо вареное	60	60	5,1	5,1	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63
Икра кабачковая	50	60	0,9	1,08	6,05	7,26	3,7	4,44	72,92	87,5
Печенье с маслом	32	32	1,92	1,92	5,44	5,44	22,08	22,08	144,26	144,26
Кофейный напиток	180	200	2,2	2,44	1,32	1,47	22,31	24,79	105,95	117,72
Рис отварной с маслом сливочным (диета)	120	130	2,88	3,12	0,41	0,44	0,28	0,3	133,6	144,73
Завтрак 2										
Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44
Обед										
Суп вермишелевый	180	200	3,78	4,2	3,6	4	11,16	12,4	91,4	101,56
Пюре картофельное	120	130	2,48	2,69	3,96	4,29	18,12	19,63	93,1	100,86
Печ. ночные оладьи	60	80	8,04	10,72	11,34	15,12	2,63	3,51	116,75	155,66
Компот из сухофруктов	180	200	0,94	1,04	0	0	24,26	26,96	96,68	107,42
Хлеб ржаной (ржано-	40	43	2,64	2,84	0,36	0,39	15,4	16,56	106,14	114,1
Полдник										
Кефир	140	150	4,07	4,36	3,51	3,76	5,6	6	70	75
Ватрушка с творогом	80	80	8,38	8,38	8,71	8,71	26,47	26,47	229,6	229,6
Ужин 1										
Каша пшеничная молочная	180	200	6,37	7,08	9,32	10,36	21,78	24,2	208,25	231,39
Какао на молоке	180	200	5,58	6,2	5,76	6,4	20,12	22,36	152,84	169,82
Булка	30	40	1,84	2,45	0,64	0,85	12,55	16,73	64,34	85,78
Плов фруктовый с яблоком (диета)	0	140	0	3,39	0	4,47	0	39,83	0	214,06
Чай с сахаром (диета)	0	200	0	12	0	3,07	0	13	0	49,28

Исполнитель: Медицинская сестра  (Михайлюкова Е.А.)