

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Гливич Н.Н.)
30.06.2025

Меню на 01.07.2025

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		192	4,81	4,81	8,39	8,39	18,62	18,62	169,04	169,04	6
Булка с маслом и сыром		52	5,86	5,86	11,68	11,68	3,63	3,63	144,06	144,06	1
Кофейный напиток с молоком		180	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Итого за завтрак 1		452	10,67	10,67	20,07	20,07	22,25	22,25	313,1	313,1	
Завтрак 2											
Сок	0	121	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,49	1
Сок (ясли)	100	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,49	0	1
Обед											
Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	200	3,84	3,84	3,54	3,54	17,06	17,06	129,36	129,36	3
Жаркое по-домашнему.	194	198	13,26	13,26	13,51	13,51	29,36	29,36	251,9	251,9	20
Свежий огурец.	22	43	0,24	0,48	0,03	0,06	0,75	1,5	4,2	8,4	1
Хлеб.	40	43	3,3	3,3	0,6	0,6	17,1	17,1	90,5	90,5	1
Компот из сухофруктов.	150	180	0,3	0,3	0,04	0,04	21,8	21,8	88,79	88,79	3
Яблоки.	101	101	0,58	0,58	0,58	0,58	14,01	14,01	67,21	67,21	2
Соль.	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Полдник											
Кефир.	122	122	4,8	4,8	5,7	5,7	17,85	17,85	151,31	151,31	2
Пряники.	24	29	1,52	1,9	0,5	0,62	18,15	22,68	83,04	103,8	1
Ужин 1											
Котлета рыбная, паровая.		106	11	11	3,25	3,25	3,14	3,14	86	86	7
Икра из свеклы и моркови		146	1,57	1,57	2,24	2,24	8,73	8,73	61,71	61,71	3
Булка		35	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром.		180	0	0	0	0	8,98	8,98	35,9	35,9	6

Повар: Харитонов Н.Г.