

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Гливич Н.Н.)
10.04.2025

Меню на 10.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Омлет	120	127	8,65	9,15	12,16	12,87	3,24	3,43	154,85	163,88	7
Икра кабачковая.	38	42	0,95	1,14	4,45	5,34	3,85	4,62	59,5	71,4	3
Булка с маслом	37	47	0,52	0,41	8,3	6,53	3,08	2,43	89,13	70,14	1
Кофейный напиток.	150	180	0	0	0	0	7,48	8,98	29,93	35,91	1
Завтрак 2											
Сок	0	111	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,49	1
Витаминный напиток	0	100	0	0	0	0	0	6,65	0	26,6	1
Сок (ясли)	88	0	5	0	0	0	12,7	0	54,99	0	1
Обед											
Свекольник на м/б со сметаной	180	200	5,73	6,37	6,2	6,89	17,65	19,61	155,03	172,25	11
Голубцы ленивые.	72	171	7,06	12,7	7,11	12,79	13,37	24,07	119,63	215,33	18
Хлеб.	46	46	3,3	3,3	0,6	0,6	17,1	17,1	90,5	90,5	1
Компот из сухофруктов.	150	180	0,33	0,33	0,04	0,04	24,23	24,23	98,66	98,65	3
Соль.	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Яблоки.	64	64	0,41	0,41	0,41	0,41	9,8	9,8	47	47	2
Полдник											
Кефир.	142	142	4,23	4,8	5,01	5,7	15,71	17,85	133,16	151,31	2
Гренка с сыром	34	38	0,93	0	3,65	0	5,98	0	60,61	0	2
Ужин 1											
Рыба, тушенная в томате с овощами	91	117	10,54	14,05	1,65	2,2	2,32	3,09	66,78	89,04	5
Булка	35	37	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Кофейный напиток.	150	180	0	0	0	0	0	9,98	0	39,9	1

Повар: Харитонова Н.Г.