

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий *Н.Н. Гливич* (Гливич Н.Н.)  
10.07.2025

Меню на 11.07.2025

| 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                     |       |     |          |       |         |       |             |       |            |        |             |
| Сырники                       | 81    | 97  | 15,5     | 18,95 | 11,61   | 14,19 | 14,69       | 17,96 | 230,16     | 281,31 | 9           |
| Соус сметанный сладкий        | 47    | 49  | 1,17     | 1,01  | 4,08    | 3,49  | 10,48       | 8,98  | 83,79      | 71,81  | 1           |
| Булка с маслом                | 32    | 35  | 0,52     | 0,54  | 8,3     | 8,65  | 3,08        | 3,21  | 89,13      | 92,92  | 1           |
| Какао с молоком               | 150   | 180 | 3,7      | 3,33  | 4,12    | 3,71  | 15,92       | 14,33 | 114,68     | 103,21 | 2           |
| Завтрак 2                     |       |     |          |       |         |       |             |       |            |        |             |
| Яблоки.                       | 88    | 88  | 0,41     | 0,49  | 0,41    | 0,49  | 9,8         | 11,76 | 47         | 56,4   | 2           |
| Обед                          |       |     |          |       |         |       |             |       |            |        |             |
| Суп гречневый на к/б          | 150   | 200 | 4,52     | 0     | 5,21    | 0     | 16,68       | 0     | 120,3      | 0      | 19          |
| Тефтели из курицы с сыром     | 95    | 107 | 15,14    | 13,77 | 3,85    | 3,5   | 9,17        | 8,33  | 133,3      | 121,18 | 15          |
| Салат из белокачанной капусты | 92    | 96  | 0,95     | 0,99  | 2,33    | 2,44  | 2,5         | 2,62  | 35,06      | 36,81  | 2           |
| Компот из сухофруктов.        | 150   | 180 | 0,25     | 0,32  | 0,03    | 0,04  | 18,17       | 23,02 | 73,99      | 93,72  | 3           |
| Хлеб                          | 39    | 39  | 3,3      | 3,1   | 0,6     | 0,56  | 17,1        | 16,07 | 90,5       | 85,07  | 1           |
| Соль.                         | 1     | 1   | 0        | 0     | 0       | 0     | 0           | 0     | 0          | 0      | 1           |
| Полдник                       |       |     |          |       |         |       |             |       |            |        |             |
| Кефир.                        |       | 140 | 4,8      | 4,32  | 5,7     | 5,13  | 17,85       | 16,06 | 151,32     | 136,18 | 2           |
| Гренка                        |       | 44  | 0,93     | 0,66  | 3,65    | 2,61  | 5,98        | 4,27  | 60,61      | 43,29  | 2           |
| Ужин 1                        |       |     |          |       |         |       |             |       |            |        |             |
| Каша пшеничная молочная       |       | 210 | 3,65     | 4,38  | 6,14    | 7,37  | 15,16       | 18,19 | 129,77     | 155,72 | 7           |
| Булка                         |       | 32  | 0        | 0     | 0       | 0     | 0           | 0     | 0          | 0      | 1           |
| Чай с сахаром.                |       | 180 | 0        | 0     | 0       | 0     | 7,48        | 8,98  | 29,92      | 35,9   | 6           |

Повар: Харитонов Н.Г.