

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *Кли* (Гливант Н.)
 12.02.2025



Меню на 13.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энергетическая ценность		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Яйцо вареное.	40	40	3,6	3,6	2,8	2,8	0	0	40	40	4
Капуста тушеная.	86	94	1,59	1,77	2,16	2,4	5,06	5,63	47,06	52,29	10
Булка с маслом	29	32	0,56	0,43	9,01	6,89	3,34	2,56	96,71	73,93	1
Чай с сахаром.	150	180	0	0	0	0	7,48	9,47	29,92	37,9	6
Завтрак 2											
Сок (ясли)	85	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,5	0	1
Витаминный напиток	0	100	0	0	0	0	0	6,65	0	26,6	1
Сок (диета)	0	105	0	6	0	0	0	15,24	0	65,99	1
Обед											
Свекольник на м/б со сметаной	150	200	4,78	6,37	5,17	6,89	14,71	19,61	129,19	172,25	11
Плов	144	214	2,17	3,26	2,92	4,38	19,35	29,02	112,84	169,26	9
Помидор соленый	38	62	0,44	0,71	0,08	0,13	1,52	2,47	9,6	15,6	1
Хлеб.	35	44	2,64	3,37	0,48	0,61	13,68	17,44	72,4	92,31	1
Компот из сухофруктов.	150	180	0	0,33	0	0,04	0	24,23	0	98,65	3
Соль.	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Яблоки.	79	79	0	0,42	0	0,42	0	10	0	47,94	2
Лук репчатый (витаминизация)	10	15	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Полдник											
Кефир.	130	130	4,8	4,8	5,7	5,7	17,85	17,85	151,32	151,31	2
Гренка с сыром	35	38	0,93	1,2	3,65	4,69	5,98	7,69	60,61	77,93	2
Ужин 1											
Рыба тушеная в томате с овощами	74	110	9,37	0	1,47	0	2,06	0	59,36	0	5
Булка	0	50	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Кофейный напиток.	150	180	0	0	0	0	7,48	0	29,93	0	1

Повар: Харитонов Н.Г.