

УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий (Гливич Н.Н.)  
 13.01.2025

Меню на 14.01.2025

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	182	205	0	4,81	0	8,39	0	18,62	0	169,04	6
Булка с маслом и сыром	39	63	0	5,86	0	11,68	0	3,63	0	144,06	1
Кофейный напиток с молоком	160	180	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Завтрак 2											
Сок	0	130	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,49	1
Сок (ясли)	85	0	5	0	0	0	12,7	0	55	0	1
Обед											
Суп перловый с томатом на м/б	180	200	3,6	4	2,3	2,56	9,63	10,7	91,4	101,56	14
Жаркое по-домашнему.	117	133	11,79	13,26	12,01	13,51	26,1	29,36	223,91	251,9	20
Салат из квашенной капусты.	48	63	0,1	0,14	3,47	4,62	0,6	0,8	34,06	45,42	8
Соль.	3	4	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Хлеб.	40	48	0	3,3	0	0,6	0	17,1	0	90,5	1
Компот из сухофруктов.	150	180	0	0,3	0	0,04	0	21,8	0	88,79	3
Яблоки.	88	88	0	0,58	0	0,58	0	14,01	0	67,21	2
Лук репчатый (витаминизация)	5	7	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Полдник											
Кефир.	140	140	4,16	4,8	4,94	5,7	15,47	17,85	131,14	151,31	2
Пряники.	26	33	1,52	1,9	0,5	0,62	18,15	22,68	83,04	103,8	1
Ужин 1											
Котлета рыбная, паровая.	52	98	8,25	11	2,44	3,25	2,36	3,14	64,5	86	7
Икра из свеклы и моркови	70	98	1,1	1,57	1,57	2,24	6,11	8,73	43,2	61,71	3
Булка	35	39	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром.	150	180	0	0	0	0	0	8,98	0	35,9	6

Повар: Харитонов Н.Г