

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Глизиц Н.Н.)
 18.02.2025

Меню на 19.02.2025



Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/Д, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Творожно-морковный пудинг	123	147	18,64	22,55	11,23	13,59	12,28	14,86	231,89	280,6	2
Булка с маслом	30	37	0,28	0	4,41	0	1,64	0	47,4	0	1
Соус сметанный сладкий	43	65	0	1,75	0	6,05	0	15,56	0	124,47	1
Чай с сахаром.	150	180	0	0	0	0	7,48	8,98	29,92	35,9	6
Завтрак 2											
Сок (ясли)	100	0	5	0	0	0	12,7	0	55	0	1
Сок	0	120	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,49	1
Обед											
Суп картофельный с фрикадельками.	180	200	4,68	5,2	4,14	4,6	11,7	13	102,6	114	16
Картофельное пюре.	100	150	2,09	3,14	3,66	5,49	8,56	12,84	95,71	143,57	16
Котлета мясная паровая	61	75	10,29	12,67	10,44	12,85	13,88	17,08	145,5	179,08	1
Салат из свеклы	75	125	1,1	1,84	1,52	2,54	4,79	7,99	37,27	62,11	10
Компот из сухофруктов.	150	180	0,25	0	0,03	0	18,17	0	74	0	3
Хлеб.	34	54	0	3,3	0	0,6	0	17,1	0	90,5	1
Яблоки.	85	85	0,39	0,49	0,39	0,49	9,41	11,76	45,12	56,4	2
Лук репчатый (витаминизация)	4	9	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Соль.	4	5	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Полдник											
Кефир.	145	154	4,32	4,8	5,13	5,7	16,06	17,85	136,17	151,31	2
Ватрушка с творогом.	60	85	6,55	9,28	5,47	7,75	17,45	24,72	157,66	223,35	1
Ужин 1											
Каша рисовая молочная	181	204	3,13	4,18	5,87	7,83	16,01	21,35	128,76	171,68	1
Булка	30	35	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Кофейный напиток на молоке	155	166	2,18	0	2,49	0	11,15	0	75,17	0	4

Повар: Харитонов Н.Г.