

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Гливич Н.Н.)
 22.01.2025



Меню на 23.01.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энц. ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Вермишель с сахаром	99	118	2,5	3	2,19	2,63	12,85	15,42	86,55	103,86	1
Булка с маслом	41	48	0,56	0,43	9,01	6,89	3,34	2,56	96,71	73,93	1
Чай с сахаром.	150	190	0	0	0	0	7,48	9,47	29,92	37,9	6
Завтрак 2											
Сок (ясли)	100	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	130	0	6	0	0	0	15,24	0	65,99	1
Обед											
Свекольник на к/б со сметаной	150	200	4,78	6,37	5,17	6,89	14,71	19,61	129,19	172,25	11
Горошница	103	119	5,41	7,04	1,87	2,43	9,34	12,14	80,26	104,33	1
Котлета куриная с сыром	86	115	21,02	25,88	20,48	25,21	7	8,61	303,19	373,16	35
Хлеб.	40	51	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.	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Яблоки.	102	102	0	0,42	0	0,42	0	10	0	47,94	2
Лук репчатый (витаминизация)	8	11	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Полдник											
Кефир.	145	179	4,8	4,8	5,7	5,7	17,85	17,85	151,32	151,31	2
Гренка с сыром	37	43	2,34	4,37	4,88	9,1	1,54	2,87	59,84	111,7	3
Ужин 1											
Рыба тушеная в томате с овощами	99	152	9,37	0	1,47	0	2,06	0	59,36	0	5
Булка	35	40	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: Кузнецова А.А.