

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий *Кисел* (Гливич Н.Н.)
 29.01.2025

Меню на 29.01.2025

| 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 | | | | | | | | | | | |
| Запеканка творожная | 80 | 87 | 8,64 | 9,6 | 8,1 | 9 | 19,07 | 21,19 | 183,53 | 203,92 | 8 |
| Соус сметанный сладкий | 53 | 66 | 1 | 1,68 | 3,5 | 5,82 | 8,98 | 14,96 | 71,82 | 119,68 | 1 |
| Булка с маслом | 33 | 33 | 0,28 | 0 | 4,41 | 0 | 1,64 | 0 | 47,39 | 0 | 1 |
| Чай с сахаром. | 150 | 190 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 9,47 | 0 | 37,9 | 6 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | | | | |
| Сок | 0 | 104 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 8 |
| Сок (ясли) | 100 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 12,7 | 0 | 54,99 | 0 | 1 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| Суп картофельный с фрикадельками. | 150 | 200 | 3,9 | 5,2 | 3,45 | 4,6 | 9,75 | 13 | 85,5 | 114 | 16 |
| Тефтели из свинины | 67 | 118 | 12,39 | 18,59 | 10,22 | 15,33 | 19,64 | 29,46 | 166,68 | 250,02 | 30 |
| Салат из квашенной капусты. | 49 | 81 | 0,09 | 0,14 | 2,89 | 4,62 | 0,5 | 0,8 | 28,39 | 45,42 | 8 |
| Компот из сухофруктов. | 150 | 180 | 0 | 0,33 | 0 | 0,04 | 0 | 24,23 | 0 | 98,65 | 3 |
| Хлеб. | 36 | 45 | 2,64 | 0 | 0,48 | 0 | 13,68 | 0 | 72,4 | 0 | 1 |
| Соль. | 3 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Яблоки. | 100 | 100 | 0 | 0,53 | 0 | 0,53 | 0 | 12,74 | 0 | 61,1 | 2 |
| Лук репчатый (витаминизация) | 8 | 9 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| Кефир. | 124 | 124 | 4,32 | 4,8 | 5,13 | 5,7 | 16,06 | 17,85 | 136,18 | 151,31 | 2 |
| Плюшка с сахаром | 65 | 85 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Ужин 1 | | | | | | | | | | | |
| Вермишель молочная | 180 | 180 | 3,17 | 3,17 | 5,86 | 5,86 | 12,97 | 12,97 | 116,65 | 116,65 | 9 |
| Булка | 29 | 29 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 0 | 3,7 | 0 | 4,12 | 0 | 15,92 | 0 | 114,68 | 2 |
| Какао с молоком | 200 | 0 | 3,7 | 0 | 4,12 | 0 | 15,92 | 0 | 114,68 | 0 | 2 |

Повар: Кузнецова А.А.