

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Гливич Н.Н.)
28.07.2025

Меню на 29.07.2025

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	172	191	0	4,81	0	8,39	0	18,62	0	169,04	6
Булка с маслом и сыром	151	161	0	5,86	0	11,68	0	3,63	0	144,06	1
Кофейный напиток с молоком	32	46	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Завтрак 2											
Сок	0	117	0	7,5	0	0	0	19,05	0	82,49	1
Сок (ясли)	111	0	5	0	0	0	12,7	0	55	0	1
Обед											
Ворщ на мясном бульоне со сметаной	150	200	2,88	3,84	2,65	3,54	12,79	17,06	97,02	129,36	3
Жаркое по-домашнему	142	157	11,79	13,26	12,01	13,51	26,1	29,36	223,91	251,9	20
Свежий огурец	31	46	0,32	0,48	0,04	0,06	1	1,5	5,6	8,4	1
Соль	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Хлеб	36	45	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	100	0	0,41	0	0,41	0	9,8	0	47	0	2
Полдник											
Кефир		113	4,16	4,8	4,94	5,7	15,47	17,85	131,14	151,31	2
Вафли		31	0	0,84	0	0,99	0	23,19	0	106,2	2
Ужин 1											
Котлета рыбная, паровая		79	8,25	11	2,44	3,25	2,36	3,14	64,5	86	7
Икра из свеклы и моркови		123	1,1	1,57	1,57	2,24	6,11	8,73	43,2	61,71	3
Булка		28	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром		180	0	0	0	0	0	8,98	0	35,9	6

Повар: Кузнецова А.А.