

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Ляхова И.В.)
23.01.2025

Меню на 23.01.2025

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 рисовая молочная жидкая	183	244	1,3	1,73	2,45	3,27	18,14	24,18	99,74	132,98	34
Булка с маслом	25	0	0,03	0	4,35	0	0,04	0	39,46	0	107
Кофейный напиток	178	0	0	0	0	0	7,1	0	28,41	0	91
Гренки с сыром	0	50	0	0,03	0	4,13	0	2,54	0	47,38	109
Кофейный напиток	0	178	0	0	0	0	0	7,1	0	28,41	91
	Завтрак 2										
Яблоко	101	106	0,4	0,42	0,4	0,42	9,9	10,39	47,47	49,82	112
	Обед										
Суп вермишелевый на к/б	176	248	4,44	6,25	5,47	7,71	15,19	21,4	128,04	180,42	13
Рулет куриный с яйцом и луком	116	134	12,64	14,61	12,48	14,42	3,29	3,81	176,53	203,92	25
Салат из капусты квашенной с растительным маслом	32	54	0,52	0,88	2,27	3,83	1,06	1,79	27,56	46,5	66
Хлеб ржаной	39	49	2,18	2,94	0,43	0,49	19,27	21,72	90,48	92,61	105
Компот из сухофруктов	150	180	0,24	0,94	0	0	13,41	24,26	54,45	96,7	122
Лук	8	13	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	Полдник										
Кефир	130	144	0	0	0	0	0	0	0	0	85
Булка	20	30	0	0	0	0	0	0	0	0	106
	Ужин 1										
Котлета рыбная	77	89	0,63	0,73	2,42	2,79	0,83	0,96	27,64	31,95	28
Салат из отварной свеклы и растительного масла	80	0	1,23	0	6,9	0	7,11	0	97,06	0	54
Салат из отварной свеклы и растительного масла	0	90	0	1,38	0	7,76	0	8	0	109,2	54
Булка	20	30	0	0	0	0	0	0	0	0	106
Кисель из сока	141	169	0,01	0,02	0	0	18,06	21,65	72,26	86,61	235
	Рекомендованный ужин 2										
Итого день	1479	1813	23,63	29,92	37,18	44,83	113,4	147,79	889,1	1106,5	

Исполнитель: Медсестра _____()