

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Диденко Т.М.)
14.06.2022

Меню на 14.06.2022

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Яйцо вареное	60	60	5,4	5,4	5,8	5,8	0,2	0,2	76,2	76,2
Гречневая каша	90	100	5,13	5,7	4,34	4,82	24,71	27,45	162,31	180,34
Икра кабачковая	30	40	0,51	0,68	2,64	3,52	2,31	3,08	36	48
Бутерброд с маслом	25	35	1,75	2,45	0,06	0,09	11,15	15,61	54,33	76,06
Кофейный напиток	150	180	3,32	3,98	3,82	4,59	16,6	19,93	110,83	133
Завтрак 2										
Сок	200	0	0,8	0	0,8	0	19,6	0	84	0
напиток витаминизированный	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0
Печенье	25	35	2	2,8	6	8,4	15,2	21,28	123,3	172,62
На весь день										
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
Суп картофельный с пшенной крупой	180	200	8,03	8,92	7,97	8,86	30,91	34,34	230,31	255,9
Макароны с маслом	120	150	4,27	5,34	3,54	4,43	27,31	34,14	159,3	199,13
Оладьи из печени	60	80	5,28	7,04	3,13	4,18	1,94	2,59	58,06	77,41
Салат из капусты и свежим огурцом	30	40	4,22	5,63	15,23	20,3	27,05	36,07	262,2	349,6
Хлеб	30	50	2,31	3,85	0,9	1,5	14,89	24,81	78,52	130,87
Чай с сахаром	150	180	0,16	0,2	0,04	0,05	11,85	14,22	44,93	53,91
Полдник										
Молоко	150	180	4,2	5,04	3,75	4,5	7,05	8,46	79,5	95,4
Пирожок с повидлом	60	70	3,9	4,55	6,41	7,48	22,45	26,19	173,7	202,65
Чай с сахаром	200	200	0,22	0,22	0,06	0,06	15,8	15,8	59,9	59,9
Ужин 1										
Суп молочный с рисовой крупой	180	200	6,52	7,24	10,1	11,22	36,22	40,24	268,92	298,8
Булка	30	40	2,31	3,08	0,9	1,2	14,94	19,92	78,6	104,8
Какао с молоком	150	180	3,96	4,75	4,38	5,26	18,14	21,76	125,34	150,41
Кофейный напиток	0	200	0	4,42	0	5,1	0	22,14	0	147,78
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: Ст.медсестра _____ (Оспищева С.А)