

Меню на 20.05.2025

(Ясли)

№	Наименование блюда	Выход (г)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккалории
Завтрак						
1	Фруктовое пюре	45	0,17	0,17	4,15	19,88
2	Каша геркулесовая на воде	150	4,89	7,65	18,75	162,96
3	Чай сладкий	180	0,00	0,00	5,99	22,76
4	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,60
5	Масло сливочное порционное	10	0,06	9,32	0,09	84,52
Итого за Завтрак :			9,05	20,07	43,96	392,37
Второй завтрак						
6	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	40,80
Итого за Второй завтрак :			,24	,06	9,42	40,8
Обед						
7	Томаты в заливке	45	0,50	0,09	1,71	10,35
8	Щи из свежей капусты с мясом с картофелем со сметаной	150	5,94	7,87	6,71	122,10
9	Мясо отварное	60	16,00	4,98	10,09	150,44
10	Пюре картофельное	120	3,30	3,81	18,73	125,30
11	Компот из апельсинов	150	0,35	0,08	12,14	50,88
12	Хлеб ржаной	35	2,31	1,12	14,88	63,35
13	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,60
Итого за обед :			29,91	18,11	73,98	570,02
Уплотненный полдник						
14	Сок фруктовый	60	0,24	0,06	9,42	40,80
Итого за Уплотненный полдник :			,24	,06	9,42	40,8
Ужин						
15	Вермишель отварная	120	14,78	12,97	23,04	270,62
16	Чай сладкий	180	0,00	0,00	5,99	22,76
17	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,40
18	Соль на весь день	3	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого за Ужин :			22,19	22,43	46,16	478,47
Итого за день			61,64	60,73	182,93	1522,46

Медицинская сестра _____ Л.В. Федорова

Заведующий _____ М.А. Васильева