

Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с №48

Чаплыгина Н.Н.

МЕНЮ НА 15.05.2025 г.

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											
Молочная манная каша	156	187	4,52	5,42	3,67	4,39	8,37	10,03	145,86	174,85	1
булка	20	25	1,6	2	0,4	0,5	10,2	12,75	50	62,5	1
масло сливочное не соленое	7	7	0,07	0,07	5,04	5,04	0,28	0,28	46,34	46,34	1
Какао -напиток с молоком	184	204	4,08	4,53	2,5	2,77	20,35	22,56	129,85	143,96	2
Итого за завтрак 1	367	423	10,28	12,02	11,61	12,71	39,2	45,62	372,05	427,65	
Завтрак 2											
Сок	0	100	0	0	0	0	0	11,2	0	45	2
сок до Злет	109	0	0	0	0	0	12,21	0	49,05	0	2
Итого за завтрак 2	109	100	0	0	0	0	12,21	11,2	49,05	45	
Обед											
Суп картофельный с фрикадельками мясными (свинина)	158	198	4,65	5,83	3,62	4,53	12,58	15,77	99,04	124,12	209
Вермишель отварная	120	150	2,34	2,92	4,29	5,36	10,52	13,15	116,08	145,1	1
Мясо отварное /измельченное/ свинина	40	60	10,84	16,26	8,23	12,35	18,23	27,35	211,33	317	1
икра кабачковая к/с	40	50	3,42	4,28	0,92	1,15	6,56	8,2	51,03	63,79	1
Хлеб	38	47	5,7	7,05	1,86	2,3	8,36	10,34	80,56	99,64	1
Компот из сухофруктов	147	196	0,18	0,25	0	0	5,91	7,88	36,96	49,28	3
Итого за обед	543	701	27,13	36,58	18,92	25,7	62,17	82,69	595,01	798,93	
Полдник											
Кисель	150	150	0,34	0,34	0	0	16,03	16,03	50,63	50,63	5
вафли фруктоваягодные	0	30	0	1,52	0	11,7	0	27,12	0	220,3	1
печенье	23	0	1,08	0	2,76	0	15,64	0	108,94	0	1
Итого за полдник	173	180	1,42	1,86	2,76	11,7	31,67	43,15	159,57	270,93	
Ужин 1											
Капуста тушеная	112	140	2,28	2,85	3,73	4,67	7,27	9,08	107,59	134,49	48
Котлета рыбная	89	102	9,13	10,46	6,34	7,27	9,01	10,33	115,7	132,6	1
булка	20	25	1,6	2	0,4	0,5	10,2	12,75	50	62,5	1
Чай с сахаром	150	198	0,08	0,1	0	0	5,99	7,9	17,51	23,11	5
Итого за ужин 1	371	465	13,08	15,41	10,48	12,44	32,46	40,06	290,8	352,7	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1563	1869	51,91	65,87	43,77	62,54	177,71	222,73	1466,5	1895,2	

Ответственный исполнитель старшая мед. сестра Съедина М.А.