

МЕНЮ

01 июля 2025г

Ясли 1 -3 лет

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая цен ность (ккал)	№ рецеп туры
			Белки	Жиры	Углево ды		
	ЗАВТРАК						
1	Омлет натуральный	130	4,3	6,2	25,4	87,1	2008/214
2	Бутерброд с маслом	30/5	1,2	0,2	7,2	70	2014/1
3	Чай с сахаром и лимоном	150/5			12,8	30,3	2014/268
	Итого за завтрак	320	5,5	6,4	45,4	187,4	
1	Сок фруктовый	100			8	33	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	100			8	33	
	ОБЕД						
1	Салат из картофеля с солеными огурцами	30	0,6	2,6	4,1	51,8	2008/43
2	Суп картофельный с курой и сметаной	150/10/ 5	1,3	4,6	4,8	60,9	2008/99
3	Котлета мясная	50/50	6,3	14,9	14,4	198,2	2008/272
4	Макаронные изделия отварные	100	4,5	5,3	18,3	179,2	2008/331
5	Соус сметанный с томатом						
6	Компот из изюма	150	0,2		18,1	75,4	2012/375
7	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	81,2	2008
	Итого за обед	520	15,3	27,9	72,3	646,1	
	ПОЛДНИК						
1	Напиток кисломолочный «Снежок» 2,5%	150	4,8	4,1	8,7	90	2008/435
2	Булочка «Творожная»	50	2,7	1	11,1	103	2008/479
	Итого за полдник	200	7,5	5,1	19,8	193	
	УЖИН						
1	Рис припущенный	100	1,1	2,8	10,7	70,3	2008/355
2	Тефтели рыбные с томатным соусом	50/30	7,2	5,1	8	106,3	2008/245
3	Кисель из п/я концентрата	150			21,2	84,6	2008/411
4	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
	Итого за ужин	360	10,6	8,1	54,7	331,7	
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ		39	48	200	1392	

Диетсестра _____ В.А. Кириллова