БДОУ № 47 пос. Эльбан

МЕНЮ

03 июля 2025г

Ясли 1 -3 лет

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	ЗАВТРАК						
1	Каша молочная манная вязкая	130	4,4	4,3	21,9	138,7	2008/184
2	Бутерброды с сыром и маслом	30/10/5	3,7	5,3	5,8	84,7	2008/3
3	Кофейный напиток с молоком сгущённым	150	1,6	1,2	18,3	87,5	2011/390
	Итого за завтрак	***325***	***9,7***	***10,8***	***46***	***310,9***	
1	Сок фруктовый	100			8	33	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	***100***			***8***	***33***	
	ОБЕД						
1	Салат из отварной свеклы с чесноком	30	0,3		0,8	14,9	2016/20
1	Суп картофельный с крупой «Кудрявый»	150	3,4	3,1	11,6	74,7	2008/93
2	Каша гречневая рассыпчатая	100	1,6	3,3	10,2	96,3	2008/181
3	Суфле мясное	50/50	9,7	18,4	5,9	265,9	2008/264
4	Соус сметанный с томатом	30	0,6	1,1	2,4	25,4	2012/348
5	Компот из смеси сухофруктов	150			17,5	64,7	2008/402
6	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	61,2	2008
	Итого за обед	***550***	***17,4***	***25,3***	***58,6***	***577,7***	
	ПОЛДНИК						
1	Напиток кисломолочный Ряженка 2,5%	150	4,5	2,7	5,6	101	2008
2	Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	50	2,7	1	11,1	103	2008/453
	Итого за полдник	***200***	***7,2***	***3,7***	***16,7***	***204***	
	УЖИН						
1	Пюре картофельное	100	1,8	3,0	11,8	82,5	2008/335
2	Рыба, тушеная в томате с овощами	50	5,1	2,7	2,3	54,3	2008/231
3	Компот из свежих плодов	150			11,8	38,6	2008/394
4	Хлеб пшеничный	40	2,3	0,2	14,8	57,5	2008
5	Конфета желейка	20	0,4		12	45	2008
	Итого за ужин	***320***	***9,2***	***5,9***	***40,7***	***232,9***	
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ		***44***	***46***	***170***	***1359***	

Диетсестра _____ В.А. Кириллова