МБДОУ № 47 пос. Эльбан

МЕНЮ

09 июля 2025г

Ясли 1 -3 лет

№ п/п	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	ЗАВТРАК						
1	Пудинг из творога(запеченный) с молоком сгущенным	130/10	20,4	16,4	41,7	402,8	2012/235
2	Бутерброд с маслом	30/5	1,2	0,2	7,2	70	2014/1
3	Кофейный напиток с молоком цельным	150	1,8		16,5	75,5	2008/432
	Итого за завтрак	***325***	***23,4***	***16,6***	***65,4***	***548,3***	
1	Сок фруктовый	100			8	33	2008/442
	Итого за 2-ой завтрак	***100***			***8***	***33***	
	ОБЕД						
1	Салат из морской капусты с луком и растительным маслом	30	0,4	1,4	1,1	19,1	2012/49
2	Борщ «Свекольник»	150	1,3	2,4	9,4	65,8	2011/65
3	Пюре картофельное	100	1,1	2,8	10,7	70,3	2008/335
4	Суфле из рыбы	150	9,6	11,1	12,1	186	2008/235
5	Соус сметанный с томатом	30	0,6	1,1	2,4	25,0	2012/348
6	Компот из изюма с витамином «С»	150	0,2		18,1	75,4	2012/375
7	Хлеб р/ пшеничный	40	2,4	0,5	12,6	66,2	2008
	Итого за обед	***650***	***13,9***	***15,4***	***53,3***	***412,5***	
	ПОЛДНИК						
1	Кондитерские изделия (пряник)	30	1,5	1,8	21,9	111	2008
2	Молоко кипяченое	150	0,7	2,9	5,5	63,8	2008/435
	Итого за полдник	***180***	***2,2***	***4,7***	***27,4***	***174,8***	
	УЖИН						
1	Плов с мясом	130	7,3	16,0	22,6	264,1	2008/265
2	Чай с сахаром и лимоном	150/5			12,8	30,3	2014/268
3	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,5	2008
	Итого за ужин	***315***	***9,6***	***16,2***	***50,2***	***364,9***	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ		***49***	***53***	***204***	***1534***	

Диетсестра _____ В.А. Кириллова