

Меню на 19.05.2025

| Рацион: Ясли     |                                   |                |                      |    |     |                     | Рацион: Сад      |                                   |                |                      |    |     |                     |               |
|------------------|-----------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|---------------------|------------------|-----------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|---------------------|---------------|
| День 1           |                                   |                |                      |    |     |                     | День: 1          |                                   |                |                      |    |     |                     |               |
| Прием<br>пищи    | Наименование<br>блюда             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая | Прием<br>пищи    | Наименование<br>блюда             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая | №<br>рецептур |
|                  |                                   |                | Б                    | Ж  | У   |                     |                  |                                   |                | Б                    | Ж  | У   |                     |               |
| Завтрак          |                                   |                |                      |    |     |                     | Завтрак          |                                   |                |                      |    |     |                     |               |
|                  | Каша пшеничная<br>молочная жидкая | 150            | 3                    | 4  | 11  | 94                  |                  | Каша пшеничная<br>молочная жидкая | 180            | 3                    | 5  | 13  | 113                 | 48            |
|                  | Кофейный напиток с<br>молоком.    | 170            | 3                    | 3  | 12  | 85                  |                  | Кофейный напиток с<br>молоком.    | 180            | 3                    | 3  | 13  | 90                  | 514           |
|                  | Хлеб пшеничный                    | 30             | 2                    | 1  | 15  | 79                  |                  | Хлеб пшениный.                    | 40             | 3                    | 1  | 21  | 105                 | 125           |
|                  | Масло сливочное.                  | 5              | 1                    | 4  | 1   | 37                  |                  | Масло сливочное.                  | 5              | 1                    | 4  | 1   | 37                  | 119           |
| Итого за Завтрак |                                   |                | 9                    | 12 | 39  | 295                 | Итого за Завтрак |                                   |                | 10                   | 13 | 48  | 345                 |               |
| Обед             |                                   |                |                      |    |     |                     | Обед             |                                   |                |                      |    |     |                     |               |
|                  | Суп картофельный с<br>бобовыми.   | 150            | 4                    | 2  | 9   | 69                  |                  | Суп картофельный с<br>бобовыми.   | 180            | 5                    | 3  | 11  | 83                  | 158           |
|                  | Тефтели мясные                    | 80             | 16                   | 14 | 6   | 211                 |                  | Тефтели мясные                    | 80             | 16                   | 14 | 6   | 211                 | 105           |
|                  | Соус томатный с<br>овощами.       | 40             | 1                    | 2  | 3   | 30                  |                  | Соус томатный с<br>овощами.       | 50             | 1                    | 2  | 4   | 37                  | 466           |
|                  | Макаронные<br>изделия отварные.   | 120            | 4                    | 4  | 24  | 148                 |                  | Макаронные<br>изделия отварные.   | 150            | 6                    | 5  | 30  | 185                 | 432           |
|                  | Компот из смеси<br>сухофруктов.   | 150            | 2                    | 2  | 6   | 54                  |                  | Компот из смеси<br>сухофруктов.   | 180            | 3                    | 3  | 8   | 65                  | 522           |
|                  | Хлеб ржаной.                      | 40             | 3                    |    | 13  | 70                  |                  | Хлеб ржаной.                      | 50             | 3                    | 1  | 17  | 87                  | 123           |
| Итого за Обед    |                                   |                | 30                   | 24 | 61  | 582                 | Итого за Обед    |                                   |                | 34                   | 28 | 76  | 668                 |               |
| Полдник          |                                   |                |                      |    |     |                     | Полдник          |                                   |                |                      |    |     |                     |               |
|                  | Молоко кипяченое.                 | 180            | 5                    | 6  | 9   | 108                 |                  | Молоко кипяченое.                 | 200            | 6                    | 6  | 10  | 120                 | 529           |
|                  | Хлеб пшеничный с<br>повидлом      | 35             | 1                    | 10 | 7   | 117                 |                  | Хлеб пшеничный с<br>повидлом      | 55             | 2                    | 15 | 10  | 184                 | 68            |
| Итого за Полдник |                                   |                | 6                    | 16 | 16  | 225                 | Итого за Полдник |                                   |                | 8                    | 21 | 20  | 304                 |               |
| Ужин             |                                   |                |                      |    |     |                     | Ужин             |                                   |                |                      |    |     |                     |               |
|                  | Соус молочный                     | 40             |                      |    | 5   | 23                  |                  | Соус молочный                     | 50             | 10                   | 8  | 43  | 237                 | 326           |
|                  | Котлеты овощные                   | 140            | 8                    | 7  | 35  | 195                 |                  | Котлеты овощные                   | 180            |                      |    | 6   | 23                  | 218           |
|                  | Чай с сахаром.                    | 180            |                      |    | 6   | 23                  |                  | Чай с сахаром                     | 180            |                      |    | 5   | 23                  | 140           |
|                  | Хлеб<br>пшенини                   | 30             | 1                    | 10 | 7   | 117                 |                  | Хлеб<br>пшеничн                   | 40             | 1                    | 10 | 7   | 117                 | 68            |
| Итого за Ужин    |                                   |                | 8                    | 7  | 46  | 241                 | Итого за Ужин    |                                   |                | 10                   | 8  | 54  | 283                 |               |
| Итого за день    |                                   |                | 42                   | 47 | 203 | 1443                | Итого за день    |                                   |                | 54                   | 60 | 261 | 1809                |               |