



Заведующий МБДОУ № 8 (Семенякина Л.А.)

Меню на 02.06.2025

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											
Макароны отварные с маслом и сахаром	150	150	13,57	13,57	12,85	12,85	100,2	100,2	571,2	571,2	92
Печенье	40	40	3	3	5,6	5,6	27,6	27,6	176	176	47
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	1
Итого за завтрак 1	370	390	27,37	28,57	21,2	21,51	139,5	140,8	791,6	796,5	
Завтрак 2											
Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,88	9,88	44,37	44,37	140
Итого за завтрак 2	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,88	9,88	44,37	44,37	
Обед											
Икра морковная	40	50	0,5	0,63	1,78	2,23	2,69	3,36	29,23	36,54	38
Борщ постный	180	200	2,79	3,1	4,85	5,39	18,89	20,99	131,3	145,9	65
Гуляш из печени	60	80	7,58	10,1	2,98	3,98	4,05	5,4	74,17	98,9	104
Пюре картофельное	120	130	1,92	2,09	3,24	3,51	15,6	16,9	99,48	107,8	56
Компот из сухофруктов	180	200	0,94	1,04	0	0	24,26	26,96	96,7	107,4	38
Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,42	0,56	17,73	23,64	79,35	105,8	2
Итого за обед	610	700	15,71	19,6	13,27	15,66	83,22	97,25	510,2	602,3	
Полдник											
Кефир	100	150	2,15	3,22	0,55	0,83	7,28	10,92	41,89	62,84	22
"Крендель сахарный"	60	60	0,02	0,02	5,42	5,42	9,3	9,3	86,08	86,08	6
Компот из сухофруктов	0	200	0	1,04	0	0	0	26,96	0	107,4	38
Итого за полдник	160	410	2,17	4,29	5,97	6,25	16,58	47,18	128	256,4	
Ужин 1											
Каша молочная овсяная	180	200	0,03	0,03	3,72	4,13	4,53	5,03	51,61	57,35	12
Бутерброд с маслом	30	35	0,03	0,03	4,13	4,82	0,04	0,05	37,4	43,63	13
Сыр порционный	20	20	0	0	0	0	0	0	0	0	86
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	1
Каша гречневая с сахаром	0	150	0	0,02	0	2,95	0	3,6	0	40,96	22
Итого за ужин 1	410	605	10,86	12,09	10,6	14,96	16,27	21,67	133,4	191,2	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1650	2205	56,51	64,94	51,45	58,78	265,5	316,8	1607	1891	

Исполнитель: ст. медсестра _____ (Корнева М.А.)