



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Михеева О.Ю.)
16.05.2024

Меню на 16.05.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	0	200	0	5,39	0	7,22	0	22,35	0	175,57
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ (ясли)	150	0	4,06	0	5,47	0	15,35	0	126,88	0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ (ясли)	46	0	3,8	0	5,5	0	17,28	0	135,7	0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45/10/5	0	60	0	6,1	0	6,5	0	22,1	0	172,4
КАКАО С МОЛОКОМ	0	200	0	2,9	0	2,5	0	24,78	0	133,87
КАКАО С МОЛОКОМ 170 гр (ясли)	170	0	2,45	0	2,12	0	20,96	0	113,25	0
Завтрак 2										
СОК	0	101	0	0,51	0	0,1	0	10	0	43,43
СОК (ясли)	100	0	0,5	0	0,1	0	9,9	0	43	0
На весь день										
Соль	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль (ясли)	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	0	60	0	0,9	0	3,1	0	4,1	0	49,8
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (ясли)	40	0	0,62	0	2,04	0	2,76	0	33,6	0
СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	0	200	0	3,12	0	4,08	0	8,08	0	84
СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (ясли)	180	0	2,88	0	3,69	0	7,29	0	75,6	0
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	0	57	0	7,7	0	10,93	0	0	0	135,56
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (ясли)	50	0	4,9	0	2,89	0	0,4	0	84,66	0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	0	150	0	3,25	0	3,08	0	12,67	0	96,58
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ясли)	119	0	2,86	0	2,46	0	10,39	0	79,49	0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	0	47	0	2,63	0	0,38	0	18,99	0	92,12
ХЛЕБ РЖАНОЙ (ясли)	40	0	2,2	0	0,4	0	16,2	0	78,4	0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0	180	0	0	0	0	0	9,7	0	38,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (ясли)	150	0	0	0	0	0	8,8	0	30,94	0
Полдник										
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	0	75	0	4,8	0	4	0	38,6	0	219,5
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (ясли)	60	0	3,8	0	2,52	0	31,93	0	169,22	0
РЯЖЕНКА	0	200	0	6,02	0	2,01	0	8,43	0	80,32
РЯЖЕНКА (ясли)	180	0	5,42	0	1,81	0	7,59	0	72,29	0
Ужин 1										
РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ	0	80	0	3,11	0	2,13	0	4,98	0	70,13
РЫБА ОТВАРНАЯ ПОД МАРИНАДОМ (ясли)	61	0	2,7	0	1,74	0	3,83	0	48,97	0
РИС ОТВАРНОЙ	0	140	0	2,8	0	3,08	0	31,78	0	162,12
РИС ОТВАРНОЙ (ясли)	120	0	2,4	0	2,64	0	27,24	0	138,96	0

ПОДЛИВ	0	50	0	0,4	0	1,9	0	3,5	0	33,7
ПОДЛИВ (ясли)	30	0	0,24	0	1,14	0	2,1	0	20,22	0
БАТОН	0	30	0	2,4	0	0,3	0	14,76	0	71,4
БАТОН (ясли) 30 гр	30	0	2,4	0	0,34	0	14,74	0	71,4	0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0	178	0	0	0	0	0	11,37	0	46,77
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (ясли)	178	0	0	0	0	0	11,51	0	47,11	0
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: Ст.медсестра _____ (Соболева Т.Г.)