



УТВЕРЖАЮ
Заведующий _____ (Михеева О.Ю.)
23.06.2025

Меню на 23.06.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	0	150	0	12,88	0	11,75	0	20,25	0	272,88
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (ясли)	130	0	12,68	0	12,22	0	18,69	0	247,32	0
СОУС СМЕТАННЫЙ	0	50	0	0,6	0	2,2	0	2,3	0	38,5
СОУС СМЕТАННЫЙ (ясли)	50	0	0,6	0	2,2	0	2,3	0	38,5	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
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0	200	0	3,2	0	2,7	0	15,7	0	100,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 170 гр (ясли)	170	0	2,7	0	2,2	0	13,4	0	85,6	0
Завтрак 2										
СОК	0	95	0	0,48	0	0,1	0	9,4	0	40,85
СОК (ясли)	95	0	0,48	0	0,1	0	9,4	0	40,85	0
На весь день										
Соль	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль (ясли)	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	0	60	0	1	0	4	0	4,5	0	57,9
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (ясли)	40	0	0,62	0	2,58	0	2,58	0	36,89	0
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	0	200	0	3,56	0	4,45	0	8,16	0	97,18
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ (ясли)	180	0	1,95	0	2,97	0	6,43	0	59,96	0
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	0	69	0	4,83	0	3,35	0	3,06	0	74,82
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (ясли)	60	0	4,3	0	2,9	0	3,3	0	68,2	0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	0	150	0	2,92	0	4,92	0	15	0	141,17
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (ясли)	120	0	2,32	0	4	0	12	0	113,2	0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	0	55	0	3,08	0	0,44	0	22,22	0	107,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ (ясли)	40	0	2,2	0	0,4	0	16,2	0	78,4	0
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	0	200	0	0,2	0	0,1	0	20,5	0	83,4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (ясли)	150	0	0,17	0	0	0	15,33	0	62,58	0
Полдник										
ПЕЧЕНЬЕ	0	25	0	1,9	0	2	0	12,6	0	69,5
ПЕЧЕНЬЕ (ясли)	25	0	1,9	0	2	0	12,6	0	69,5	0
КЕФИР	0	202	0	6,05	0	0,2	0	8,07	0	62,56
КЕФИР (ясли)	180	0	5,39	0	0,18	0	7,19	0	55,75	0
Ужин 1										

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	0	150	0	8,63	0	10,13	0	5,12	0	164,13
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ясли)	130	0	7,41	0	10,27	0	4,78	0	165,49	0
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	0	60	0	1,6	0	3	0	3,8	0	49
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА (ясли)	40	0	1,07	0	2,04	0	2,58	0	33,07	0
БАТОН	0	47	0	3,76	0	0,47	0	23,12	0	111,86
БАТОН (ясли) 20 гр	20	0	1,6	0	0,23	0	9,83	0	47,6	0
ЧАЙ	0	180	0	0	0	0	0	8,8	0	35,3
ЧАЙ (ясли)	180	0	0	0	0	0	8,88	0	35,4	0
ЯБЛОКО	0	120	0	0,48	0	0,48	0	11,76	0	56,4
ЯБЛОКО (ясли)	120	0	0,51	0	0,51	0	11,75	0	56,4	0
Рекомендованный ужин 2										

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