



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Михеева О.Ю.)
28.01.2025

Меню на 28.01.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	0	200	0	6,09	0	5,74	0	25,04	0	174,52
КАША МАННАЯ С МАСЛОМ (ясли)	150	0	4,15	0	4,24	0	18,79	0	129,88	0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	0	55	0	3,84	0	4,03	0	24,67	0	150,31
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (ясли)	40	0	2,7	0	3,91	0	17,29	0	115,15	0
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	40	5,1	5,1	4,6	4,6	0,3	0,3	63	63
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	104	0	0,52	0	0,1	0	10,3	0	44,72
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)	4	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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	0	200	0	3,68	0	3,28	0	6,24	0	85,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (ясли)	180	0	3,24	0	3,06	0	5,62	0	76,68	0
ШНИЦЕЛИ	0	80	0	12,11	0	12,44	0	10,18	0	201,94
ШНИЦЕЛИ (ясли)	60	0	9,1	0	9,35	0	7,65	0	151,83	0
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	0	150	0	3,25	0	3,08	0	12,67	0	96,58
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (ясли)	120	0	2,88	0	2,48	0	10,48	0	80,16	0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	0	60	0	3,36	0	0,48	0	24,24	0	117,6
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										
БАТОН	0	25	0	2	0	0,25	0	12,3	0	59,5
БАТОН (ясли) 20 гр	20	0	1,53	0	0,2	0	10,27	0	52,4	0
КЕФИР	0	198	0	5,93	0	0,2	0	7,91	0	61,32
КЕФИР (ясли)	180	0	5,39	0	0,18	0	7,19	0	55,75	0
Ужин 1										
ОЛАДЬИ	0	150	0	10,04	0	3,06	0	54,59	0	285,98
ОЛАДЬИ (ясли)	150	0	10,04	0	3,06	0	54,59	0	285,98	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
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.)