

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

20.05.2025

Меню на 20.05.2025 (Ясли)

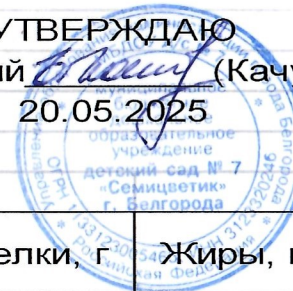
| Блюдо                                   | Выход, г | Эн.ценность<br>(ккал.) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,<br>г | №<br>рецептуры |
|-----------------------------------------|----------|------------------------|----------|---------|----------------|----------------|
| Завтрак 1                               |          |                        |          |         |                |                |
| Каша геркулесовая молочная              | 160      | 328,37                 | 10,03    | 14,09   | 40,37          | 1              |
| Какао с молоком                         | 150      | 226,23                 | 4,97     | 5,77    | 38,14          | 134            |
| Батон с маслом и сыром                  | 45       | 117,74                 | 3,47     | 1,35    | 22,52          |                |
| Завтрак 2                               |          |                        |          |         |                |                |
| Яблоко                                  | 105      | 46,97                  | 0,43     | 0,43    | 10,46          | 6              |
| Кисель фруктовый                        | 150      |                        |          |         |                |                |
| Обед                                    |          |                        |          |         |                |                |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне      | 180      | 73,8                   | 1,8      | 3,24    | 9,54           | 3              |
| Тефтели мясные с рисом                  | 110      | 236,49                 | 15,18    | 16,17   | 7,15           |                |
| Салат из редиса и свежих огурцов        | 50       |                        |          |         |                | 1              |
| Компот из сухофруктов                   | 150      | 168,78                 | 0,84     |         | 41,37          | 5              |
| Хлеб                                    | 39       | 109,09                 | 3,5      | 1,27    | 22,4           | 1              |
| Батон                                   | 21       | 73,17                  | 2,1      | 0,84    | 14,39          | 1              |
| Полдник                                 |          |                        |          |         |                |                |
| Кефир                                   | 122      | 68,32                  | 3,54     | 3,9     | 4,88           | 2              |
| Батон                                   | 21       | 73,18                  | 2,09     | 0,84    | 14,38          |                |
| Ужин 1                                  |          |                        |          |         |                |                |
| Рыбное филе, тушеное в томате с овощами | 95       | 75,99                  | 0,63     | 5,7     | 5,45           |                |
| Картофельное пюре                       | 100      | 79,12                  | 1,58     | 2,99    | 11,49          | 1              |
| Чай с сахаром                           | 150      | 39,43                  | 9,6      | 2,44    | 10,41          |                |
| Батон                                   | 21       | 73,18                  | 2,09     | 0,84    | 14,38          |                |
| <b>Итого день</b>                       | 1669     | 1789,86                | 61,85    | 59,87   | 267,33         |                |

Исполнитель: Старшая медсестра  (Кулабухова О.В.)  
Повар: \_\_\_\_\_ (Душина С.М.)

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий (Качур Е.Н.)

20.05.2025

Меню на 20.05.2025 (Сад)



| Блюдо                                | Выход, г    | Эн.ценность (ккал.) | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г  | № рецептуры |
|--------------------------------------|-------------|---------------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Завтрак 1                            |             |                     |              |              |              |             |
| Каша геркулесовая молочная           | 190         | 390                 | 11,91        | 16,74        | 47,95        | 1           |
| Какао с молоком                      | 180         | 271,49              | 5,96         | 6,93         | 45,77        | 134         |
| Батон с маслом и сыром               | 52          | 136,07              | 4,01         | 1,56         | 26,03        |             |
| Каша геркулесовая с маслом и сахаром | 130         |                     |              |              |              |             |
| Чай с сахаром                        | 180         | 47,32               | 11,52        | 2,93         | 12,49        |             |
| Завтрак 2                            |             |                     |              |              |              |             |
| Яблоко                               | 126         | 56,37               | 0,52         | 0,52         | 12,55        | 6           |
| Кисель фруктовый                     | 180         |                     |              |              |              |             |
| Обед                                 |             |                     |              |              |              |             |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне   | 200         | 82                  | 2            | 3,6          | 10,6         | 3           |
| Тефтели мясные с рисом               | 125         | 268,74              | 17,25        | 18,37        | 8,12         |             |
| Салат из редиса и свежих огурцов     | 72          |                     |              |              |              | 1           |
| Компот из сухофруктов                | 180         | 202,55              | 1,01         |              | 49,64        | 5           |
| Хлеб                                 | 39          | 109,09              | 3,5          | 1,27         | 22,4         | 1           |
| Батон                                | 21          | 73,17               | 2,1          | 0,84         | 14,39        | 1           |
| Полдник                              |             |                     |              |              |              |             |
| Кефир                                | 122         | 68,32               | 3,54         | 3,9          | 4,88         | 2           |
| Батон                                | 21          | 73,18               | 2,09         | 0,84         | 14,38        |             |
| Компот из сухофруктов                | 180         | 202,55              | 1,01         |              | 49,64        |             |
| Ужин 1                               |             |                     |              |              |              |             |
| Рыба, тушеная в томате с овощами     | 130         | 103,99              | 0,87         | 7,8          | 7,45         |             |
| Картофельное пюре                    | 130         | 102,86              | 2,05         | 3,89         | 14,94        | 1           |
| Чай с сахаром                        | 180         | 47,32               | 11,52        | 2,93         | 12,49        |             |
| Батон                                | 21          | 73,18               | 2,09         | 0,84         | 14,38        |             |
| <b>Итого день</b>                    | <b>2459</b> | <b>2308,2</b>       | <b>82,95</b> | <b>72,96</b> | <b>368,1</b> |             |

Исполнитель: Старшая медсестра Кулабухова О.В. (Кулабухова О.В.)

Повар: Душина С.М. (Душина С.М.)