Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ
 "Детский сад №7 "Антошка"
 _____ Д. Б. Зернова

Ясли

МЕНЮ на 21.05.2025

Но-мер	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Вита-мин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			

Завтрак

31/2-1.1	Суп молочный с крупой рисовой	150	3,47	3,06	3,35	0,09	12,24	92,155	0,55
1/32.1	Какао с молоком сгущенным	180	3,27	2,41	3,38	0,53	20,21	118,93	0,34
-	Батон	25	1,93	0	0,75	0,75	13,33	67,38	0
	Масло сливочное	4	0,03	0,03	2,9	0	0,05	26,426	0
1/5	Яйцо отварное	40	5,08	5,08	4,6	0	0,28	62,784	0
1/11	Апельсины	180	1,62	0	0,36	0,36	18,54	80,064	108
Итого за 'Завтрак'			15,39	10,58	15,33	1,73	64,64	447,74	108,9

Обед

39/1	Салат из отварного картофеля, моркови с соленым огурцом и растительным маслом	40	0,52	0	4	4	3,71	52,522	1,33
100/21	Бабушкин суп	180	6,04	3,33	4,58	0,32	26,06	165,72	37,74
59/6-1.1	Тефтели из куриного мяса и говядины	80	10,94	10,78	7,17	0,14	8,46	140,47	1,28
116/21	Капуста тушеная	150	3,78	0	2,92	2,92	16,87	100,74	27,76
1/22.1	Напиток из свежих яблок (снижен сахар)	180	0,09	0	0,09	0,09	11,34	44,147	0,9
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	16,68	77,352	0
Итого за 'Обед'			24,05	14,11	19,25	7,96	83,3	581,82	70,97

Полдник

13/7-1	Молоко кипяченое	180	5,18	5,51	4,18	0	8,29	90,397	0,99
7/19	Пряники ассорти	40	1,92	0	0,6	0	46,96	196,74	0
Итого за 'Полдник'			7,1	5,51	4,78	0	55,25	287,13	0,99

Ужин

15/12	Сельдь слабосоленая	40	6,66	6,66	3,33	0	0	56,644	0
4/12	Масло подсолнечное рафинированное	1	0	0	0,98	0,98	0	8,8112	0
17/3	Картофель отварной	120	2,31	0,03	3,36	0,46	19,01	114,56	4,8
16/7.2	Чай	180	0,14	0	0,04	0,04	8,91	34,6	0
21/7	Лимон для чая	5	0,04	0	0	0	0,24	1,8241	0,8
-	Хлеб пшеничный в/с	30	2,23	0	0,24	0,24	15,23	72,092	0
Итого за 'Ужин'			11,4	6,7	7,94	1,71	43,39	288,53	5,6

Итого за день

57,94 36,9 47,3 11,4 246,59 1605,2 186,4

Содержание, % от калорийности

15

27

58

Шеф-повар _____
 Мед. работник _____
 Кладовщик _____