

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.06.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	31	1,79	0,3	15,32	70,94
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	175	2,54	2,19	13,01	86,45
Итого за завтрак 1		361.00	8.09	11.14	44.69	316.26
Завтрак 2	ЯБЛОКО	131	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		131.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `ОСЕННИЙ`	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,64	0,3	12,05	58,27
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		594.00	15.85	16.45	75.10	517.91
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПЕЧЕНЬЕ	11	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		191.00	5.24	4.50	35.68	204.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	39	0,67	3,38	2,02	38
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ)	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	БАТОН	26	1,49	0,25	12,73	58,93
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		394.00	10.04	7.96	36.71	287.49
Итого за день		1674.00	39.62	40.45	201.98	1373.26
Среднее значение за период		1674.00	39.62	40.45	201.98	1373.26