

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	33	1,83	0,31	15,71	72,72
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	173	2,77	2,34	13,58	87,11
Итого за завтрак 1		363.00	12.42	11.61	58.80	390.50
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	147	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		147.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,53	2	4,2	37,67
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ (МИНТАЙ)	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	1,7	0,24	13,35	59,48
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	150	0,08	0	9,82	41,63
Итого за обед		564.00	17.22	21.27	49.75	460.97
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	14	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		194.00	7.16	1.58	29.69	165.55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	39	1,07	2	2,53	32,67
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		346.00	13.45	14.86	29.05	291.39
Итого за день		1617.00	51.14	49.52	175.39	1351.41
Среднее значение за период		1617.00	51.14	49.52	175.39	1351.41