

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.04.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	33	1,77	0,29	15,14	70,13
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		368.00	5.97	9.89	31.99	240.11
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	143	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		143.00	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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ЛИМОННЫЙ	150	0,08	0	9,82	41,63
Итого за обед		590.00	15.48	13.16	44.04	419.05
Полдник	КЕФИР	164	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	18	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		182.00	7.16	1.58	29.69	165.55
Ужин 1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		328.00	7.76	7.92	48.67	297.75
Итого за день		1614.00	37.26	32.75	162.49	1165.46
Среднее значение за период		1614.00	37.26	32.75	162.49	1165.46