

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	143	3,85	5,17	15,98	125,52
	БАТОН	32	1,78	0,3	15,23	70,52
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,42
Итого за завтрак 1		330.00	5.68	9.62	38.59	262.96
Завтрак 2	ЯБЛОКО	119	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		119.00	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 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
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	53	5,19	3,07	0,42	89,74
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0	10,73	44,63
	Итого за обед		602.00	15.59	15.55	59.23
Полдник	КЕФИР	171	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		185.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		337.00	14.40	12.48	34.33	319.51
Итого за день		1576.00	41.48	38.23	165.02	1185.99
Среднее значение за период		1576.00	41.48	38.23	165.02	1185.99