

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.06.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	26	1,77	0,3	15,19	70,32
	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		356.00	9.77	8.52	50.11	310.75
Завтрак 2	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	178	0,46	0	11,88	50,67
Итого за завтрак 2		178.00	0.46		11.88	50.67
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	140	7,15	16,89	4,32	200,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,3	12,3	59,5
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		543.00	14.08	23.92	40.78	449.20
Полдник	ЙОГУРТ	162	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПРЯНИКИ	24	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		186.00	6.99	5.90	42.30	250.20
Ужин 1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		350.00	16.09	15.10	37.91	369.75
Итого за день		1616.00	47.39	53.44	182.98	1430.57
Среднее значение за период		1616.00	47.39	53.44	182.98	1430.57