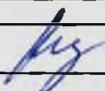


Меню на 03.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Омлет натуральный .	75	75	4,3	4,3	8,28	8,28	0,83	0,83	95,25	95,25
Яйцо вареное (диета).	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0
Салат из горошка зеленого консервированного.	50	50	1,76	1,76	2,2	2,2	6,9	6,9	54,7	54,7
Бутерброд с маслом	47	35	2,76	2,76	8,49	8,49	16,45	16,45	153	153
Напиток кофейный с молоком.	200	150	2,85	2,14	2,41	1,81	14,36	10,77	91	68,25
Чай с сахаром (диета).	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30
Завтрак 2										
Яблоко	138	138	0,55	0,55	0,55	0,55	13,52	13,52	60,72	60,72
Обед										
Огурец свежий.	35	35	1,1	1,1	0,2	0,2	3,8	3,8	22	22
Суп лапша на курином бульоне	200	150	3,48	2,61	0,54	0,41	14,52	10,89	85,64	64,23
Плов из птицы.	150	150	21,47	21,47	19,69	19,69	35,69	35,69	406	406
Хлеб	42	30	2,94	2,1	0,42	0,3	18,98	13,56	93,45	66,75
Компот из сушеных фруктов.	200	150	0,22	0,16	0,01	0,01	13,8	10,35	56,5	42,37
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Кефир	160	150	4,64	4,35	4	3,75	6,4	6	80	75
Хлеб пшеничный.	41	41	2,71	2,71	0,49	0,49	13,69	13,69	96,76	96,76
Рекомендованный ужин										
Суп молочный с гречневой крупой.	200	150	2,98	2,24	2,73	2,05	8,54	6,4	71,1	53,32
Каша гречневая рассыпчатая с сахаром (диета).	155	150	8,86	8,57	5,98	5,79	39,81	38,53	248	240
Чай с сахаром .	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30

Исполнитель: Мед.сестра  0