

Меню на 10.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Энци. кал.	
	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
Салат из горошка зеленого консервированного.	52		1,76		2,2		6,9		54,7	
Яйцо вареное (диета).		40		0		0		0		
Бутерброд с маслом	43		2,76		8,49		16,45		153	
Салат из горошка зеленого консервированного.		52		1,76		2,2		6,9		
Бутерброд с маслом		35		2,76		8,49		16,45		
Напиток кофейный с молоком.	200		2,85		2,41		14,36		91	
Напиток кофейный с молоком.		150		2,14		1,81		10,77		68,25
Чай с сахаром (диета).		150		0,04		0,01		7,49		30
Завтрак 2										
Сок	120	120	0,6	0,6	0	0	12,12	12,12	51,2	51,2
Обед										
Помидор соленый.	59	50	1,1	0,93	0,2	0,17	3,8	3,22	22	18,64
Щи из квашеной капусты с картофелем на курином бульоне.	200	150	0,64	0,48	1,94	1,46	2,69	2,02	30,9	23,17
Плов из птицы.		150		21,47		19,69		35,69		406
Суп картофельный на курином бульоне. (диета)	200		0,93		1,13		6,65		40,5	
Плов из птицы.	150		21,47		19,69		35,69		406	
Хлеб		30		2,1		0,3		13,56		66,75
Компот из сушеных фруктов		150		0,16		0,01		10,35		42,37
Хлеб	43		3,01		0,43		19,44		95,67	
Компот из сушеных фруктов.	200		0,22		0,01		13,8		56,5	
Соль		3		0		0		0		0
Соль	3		0		0		0		0	
Полдник										
Кефир	160	150	4,64	4,35	4	3,75	6,4	6	80	75
Хлеб пшеничный.	38	30	2,51	1,98	0,46	0,36	12,69	10,02	89,68	70,2
Рекомендованный ужин										
Салат из свеклы	90	90	1,42	1,42	6,08	6,08	8,36	8,36	9,35	9,35
Сельдь	48	48	4,25	4,25	2,13	2,13	0	0	50	50
Хлеб	17	17	1,19	1,19	0,17	0,17	7,68	7,68	37,83	37,83
Чай с сахаром	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30

Исполнитель: Мед.сестра *Кеу* ()