

Меню на 12.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0
Икра кабачковая	55	50	0,48	0,44	1,89	1,72	3,08	2,8	31	28,18
Печенье	30	30	2,19	2,19	4,59	4,59	20,43	20,43	130,38	130,38
Чай с сахаром .	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30
Завтрак 2										
Сок	130	130	0,65	0,65	0	0	13,13	13,13	55,47	55,47
Обед										
Суп картофельный с пшенной крупой.	200	150	0,87	0,65	1,13	0,85	5,71	4,28	36,6	27,45
Капуста тушеная	70	70	2,89	2,89	4,53	4,53	13,2	13,2	105,14	105,14
Пюре картофельное .	120	120	2,04	2,04	0,33	0,33	13,62	13,62	140,01	140,01
Картофель отварной (диета).		100		2,05		3,96		16,12		108
Хлеб	37		2,59		0,37		16,72		82,33	
Компот из сушеных фруктов.	200		0,22		0,01		13,8		56,5	
Хлеб		30		2,1		0,3		13,56		66,75
Компот из сушеных фруктов.		150		0,16		0,01		10,35		42,37
Соль	3		0		0		0		0	
Соль		3		0		0		0		0
Полдник										
Кефир	140	140	4,06	4,06	3,5	3,5	5,6	5,6	70	70
Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом .	90	90	5,6	5,6	2,27	2,27	54,1	54,1	260,4	260,4
Рекомендованный ужин										
Каша пшеничная жидкая с сахаром и маслом.	200	150	4,4	3,3	4,06	3,04	31,93	23,95	182	136,5
Каша пшеничная вязкая с сахаром (диета).		150		4,4		4,06		31,93		182
Хлеб пшеничный.	39		2,57		0,47		13,03		92,04	
Напиток кофейный с молоком.	200		2,85		2,41		14,36		91	
Хлеб пшеничный.		30		1,98		0,36		10,02		70,8
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

Исполнитель: Мед.сестра  ()