

Меню на 21.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Яйцо вареное	40	40	0	0	0	0	0	0	0	0
Икра кабачковая	47	47	0,48	0,48	1,89	1,89	3,08	3,08	31	31
Печенье	28	28	2,04	2,04	4,28	4,28	19,07	19,07	121,69	121,69
Чай с сахаром	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30
Яблоко	107	107	0,43	0,43	0,43	0,43	10,49	10,49	47,08	47,08
Завтрак 2										
Сок	130	130	0,65	0,65	0	0	13,13	13,13	55,47	55,47
Обед										
Салат из белокочанной капусты.	65	50	1,4	1,08	5,07	3,9	9,01	6,93	87,4	67,23
Суп картофельный с пшенной крупой.	200	150	0,87	0,65	1,13	0,85	5,71	4,28	36,6	27,45
Запеканка из печени с рисом.	120	120	18,59	18,59	7,4	7,4	20,51	20,51	223	223
Хлеб	40	30	2,8	2,1	0,4	0,3	18,08	13,56	89	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	155	150	4,49	4,35	3,88	3,75	6,2	6	77,5	75
Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом	95	95	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).	155	150	4,4	4,26	4,06	3,93	31,93	30,9	182	176,13
Хлеб пшеничный.	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,36	10,02	94,4	70,8
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

Исполнитель: Мед.сестра  ()