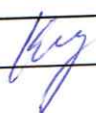


Меню на 22.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Каша манная жидкая с сахаром и маслом .	200	150	1,59	1,19	2	1,5	13,19	9,89	76,5	57,38
Бутерброд с сыром.	65		6,68		8,45		19,39		180	
Каша манная вязкая с сахаром(диета) .		150		1,59		2		13,19		76,5
Бутерброд с сыром.		50		6,68		8,45		19,39		180
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										
Напиток витаминный	200		0		0		7		4	
Сок		120		0,6		0		12,12		51,2
Обед										
Суп рыбный.	200	150	3,44	2,58	3,36	2,52	5,73	4,3	66,9	50,18
Биточки рубленные из говядины.	90	90	6,26	6,26	19,3	19,3	8,97	8,97	132	132
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	38		2,66		0,38		17,18		84,55	
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	165	150	4,78	4,35	4,13	3,75	6,6	6	82,5	75
Хлеб пшеничный.	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,36	10,02	94,4	70,8
Рекомендованный ужин										
Помидор соленый.	47	47	1,1	1,1	0,2	0,2	3,8	3,8	22	22
Котлета рыбная запеченая.	78	78	7,61	7,61	2,45	2,45	5,33	5,33	74	74
Рис отварной.	90	90	2,43	2,43	3,58	3,58	24,45	24,45	139,8	139,8
Хлеб	20	20	1,4	1,4	0,2	0,2	9,04	9,04	44,5	44,5
Чай с сахаром .	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30

Исполнитель: Мед.сестра  0