

Меню на 22.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Каша манная жидкая с сахаром и маслом .	200	150	1,59	1,19	2	1,5	13,19	9,89	76,5	57,38
Каша манная вязкая с сахаром(диета).	155	150	1,59	1,54	2	1,94	13,19	12,76	76,5	74,03
Бутерброд с сыром.	67	60	6,68	6,68	8,45	8,45	19,39	19,39	180	180
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										
Напиток витаминный	200		0		0		7		4	
Сок		130		0,65		0		13,13		55,47
Яблоко	108	108	0,43	0,43	0,43	0,43	10,58	10,58	47,52	47,52
Обед										
Икра морковная.	75	50	2,19	1,46	4,59	3,06	10,87	7,25	93,7	62,47
Суп картофельный с гречкой на мясном бульоне.	200	150	0	0	0	0	0	0	0	0
Биточки рубленные из говядины.	75	75	6,26	6,26	19,3	19,3	8,97	8,97	132	132
Рис отварной.	100	100	2,43	2,43	3,58	3,58	24,45	24,45	139,8	139,8
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.	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,36	10,02	94,4	70,8
Рекомендованный ужин										
Рыба, припущенная с овощами.	80	80	4,59	4,59	0,61	0,61	1,89	1,89	31	31
Пюре картофельное .	120	120	2,04	2,04	0,33	0,33	13,62	13,62	140,01	140,01
Картофель отварной (диета).	100	100	2,05	2,05	3,96	3,96	16,12	16,12	108	108
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 _____()