

Меню на 23.07.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Пудинг из творога (запеченый).	125	125	15,14	15,14	10,76	10,76	24,33	24,33	255	255
Соус сметанный сладкий.	42	42	2,26	2,26	3,21	3,21	4,27	4,27	75,45	75,45
Бутерброд с маслом	43	35	2,76	2,76	8,49	8,49	16,45	16,45	153	153
Какао с молоком.	200	150	3,67	2,75	3,19	2,39	15,82	11,86	107	80,25
Чай с сахаром (диета).	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										
Помидор свежий	32	32	1,1	1,1	0,2	0,2	3,8	3,8	22	22
Борщ с картофелем на мясном бульоне.	200	150	0,81	0,61	2	1,5	5,64	4,23	43,9	32,93
Гуляш из отварного мяса.	85	85	15,42	15,42	12,41	12,41	12,41	12,41	189	189
Каша гречневая рассыпчатая с маслом.	90	90	8,86	8,86	5,98	5,98	39,81	39,81	248	248
Хлеб	44	30	3,08	2,1	0,44	0,3	19,89	13,56	97,9	66,75
Компот из свежих плодов.	200	150	0,08	0,06	0,08	0,06	11,94	8,95	48,8	36,6
Соль	3	3	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Кефир	165	150	4,78	4,35	4,13	3,75	6,6	6	82,5	75
Хлеб пшеничный.	37	30	2,44	1,98	0,44	0,36	12,36	10,02	87,32	70,8
Рекомендованный ужин										
Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом.	200	150	1,09	0,82	1,95	1,46	13,73	10,3	77	57,75
Каша рисовая вязкая с сахаром (диета).	155	150	2,28	2,21	0,33	0,32	28,91	27,98	128	123,87
Чай с молоком.	200	150	2,67	2	2,34	1,75	14,31	10,73	89	66,75
Чай с сахаром (диета).	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30

Исполнитель: Мед.сестра  ()