

Меню на 28.07.2025

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	58	50	0,48	0,41	1,89	1,63	3,08	2,66	31	26,72
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
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 горохом лушценным на мясном бульоне.	200	150	2,19	1,64	2,1	1,57	6,52	4,89	53,9	40,43
Оладьи печеночные.	80	80	6,32	6,32	3,84	3,84	31,76	31,76	187,2	187,2
Макаронные изделия отварные с маслом	110	110	5,68	5,68	4,36	4,36	27,25	27,25	171	171
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	148	148	4,29	4,29	3,7	3,7	5,92	5,92	74	74
Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	90	90	4,46	4,46	2,98	2,98	44,12	44,12	222	222
Рекомендованный ужин										
Каша пшенная жидкая с сахаром и маслом.	200	150	4,59	3,44	4,9	3,68	31,26	23,45	187	140,25
Каша пшенная вязкая с сахаром (диета).	155	150	4,14	4,01	4,71	4,56	23,67	22,91	154,02	149,05
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 _____ ()