



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн. ценнос ть
				Белки	Жиры	Углеводы	
10.06.2025							
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	149	199	4,48	5,87	21,89	158,21
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (непосды) (диета)	150	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	БАТОН	30	35	2,19	0,36	18,74	86,77
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		517,00	607,00	17,51	17,94	94,24	608,14
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	207	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ (смешарики) (диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		380,00	387,00	1,00	0,20	28,60	121,30
На весь день	Соль йодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00	3,00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	32	48	1,1	5,3	4,6	71,4
	ЩИ	180	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	28	1,74	0,25	13,81	60,98
	БАТОН	30	35	2,16	0,36	18,52	85,75
	ЧАЙ С САХАРОМ (смешарики)		180	0	0	8,8	35,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	Итого за обед		582,00	901,00	19,29	22,67	106,14
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ() (непосды) (диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	КЕФИР	174	193	6,12	0,2	8,16	63,25
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	БАТОН() (непосды)(диета)	20	24	1,03	0,17	8,81	40,8
Итого за полдник		424,00	467,00	11,74	8,99	64,59	389,84
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ, (непосды)(диета)	120	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА(ФИЛЕ)ОТВАРНАЯ(диета)	60					
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	МЯСО ОТВАРНОЕ,) (непосды)		80	6,34	11,25	0	146,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	20	1,24	0,18	9,87	43,56
Итого за ужин 1		598,00	718,00	18,23	27,37	54,52	644,14
Итого за день		2504,00	3083,00	67,77	77,17	348,09	2391,60
Среднее значение за период		2504,00	3083,00	67,77	77,17	348,09	2391,60

ДИЕТА гр ЛУЧИКИ
ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ
ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
ДИЕТА гр КРЕПЫШИ