



Меню приготавливаемых блюд
Категории: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
				Белки	Жиры	Углеводы	
29.04.2025							
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	158	203	4,15	6,44	20,3	146,71
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)		150	3,58	4,56	37,39	204,34
	БАТОН	30	36	2,02	0,34	17,3	80,1
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,16	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		373.00	573.00	9.80	14.49	83.84	503.95
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	194	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)		180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		200.00	374.00	1.00	0.20	28.60	121.30
на весь день		3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00	3.00				
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	60	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	19	23	1,49	0,21	11,78	52,02
	БАТОН	25	35	2,04	0,34	17,49	80,99
	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)		180	0	0	8,8	35,3
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		584.00	908.00	18.74	22.52	98.82	596.01
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
	КЕФИР	180	200	5,84	0,2	7,8	60,43
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	БАТОН(непоседы)(диета)	20	20	0,77	0,13	6,63	30,71
Итого за полдник		250.00	470.00	11.20	8.95	62.05	376.93
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	151	3,17	3,92	14,25	127,33
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ(непоседы)		150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА(ФИЛЕ)ОТВАРНАЯ(диета)	60		5,88	0,23	0,4	30,34
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	80	3,71	4,15	2,73	103,65
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)(непоседы)		80	4,02	28,65	0	245,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	12	0,96	0,14	7,61	33,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		479.00	713.00	15.68	44.78	52.29	734.43
Итого за день		1889.00	3041.00	56.42	90.94	325.60	2332.62
Среднее значение за период		1889.00	3041.00	56.42	90.94	325.60	2332.62

ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ

ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ

ДИЕТА гр КРЕПЫШИ