



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
				Белки	Жиры	Углеводы	
12.05.2025							
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	152	204	8,26	9,16	39,35	273,48
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)(диет	150	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	30	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	201	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 1	738.00	845.00	26.53	28.56	127.00	873.47
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	190	0,97	0,19	19,29	83,79
	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2	380.00	370.00	0.97	0.19	28.09	119.09	
На весь день	Соль иодированная	3	3	0	0	0	0
Итого за на весь день	3.00	3.00					
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,9	3	3,9	47,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	178	198	2,17	3,46	13,51	94,08
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ(непоседы)(диета)	60	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ПОДЛИВ	50	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	26	1,75	0,25	13,85	61,15
	БАТОН	15	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ С САХАРОМ(смешарики)(диета)	180	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за обед	863.00	1024.00	23.40	63.07	101.64	1018.82
	Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)(диета)	180	180	0	0	8,8
МОЛОКО		183	203	5,57	4,88	9,25	104,29
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	50	3,2	2,66	25,72	146,29
БАТОН(непоседы)(диета)		20	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		433.00	453.00	9.97	7.74	54.05	333.48
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	17	1,19	0,17	9,35	41,65
	БАТОН	15	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1	415.00	467.00	7.82	19.07	44.69	432.98	
Итого за день	2832.00	3162.00	68.69	118.63	355.47	2777.84	
Среднее значение за период	2832.00	3162.00	68.69	118.63	355.47	2777.84	

ДИЕТА гр СМЕШАРИКИ
ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
ДИЕТА гр КРЕПЫШИ