



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	ЯСЛИ	САД	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
				Белки	Жиры	Углерод ы	
20.01.2025							
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	151	201	5,13	5,53	26,23	173,46
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(непоседы)		150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	26	36	2,08	0,35	17,79	82,38
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	181	201	3,22	2,71	15,78	101,2
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		403.00	813.00	19.14	21.66	106.34	696.98
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		95.00	100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00	5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	60	1	4,1	4,5	58,9
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	200	3,97	6,02	17,86	183,83
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ	180	200	4,84	5,19	8	112,18
	БУЛЬОНЕ(непоседы)(диета)						
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	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
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	20	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	180	0,17	0,07	12,94	52,48	
Итого за обед		834.00	1001.00	28.69	68.63	102.15	1197.24
Полдник	МОЛОКО	182	203	5,63	4,92	9,35	105,32
	ЧАЙ С САХАРОМ(непоседы)		180	0	0	8,8	35,3
	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		252.00	453.00	10.03	7.78	54.15	334.51
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	50	1,33	5,63	5,53	78,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	20	1,17	0,19	9,99	46,28
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	180	0,11	0,03	0,04	0,82	
Итого за ужин 1		411.00	470.00	8.85	24.68	44.78	488.03
Итого за день		1998.00	2832.00	67.11	123.15	317.22	2763.76
Среднее значение за период		1998.00	2832.00	67.11	123.15	317.22	2763.76

ДИЕТА гр НЕПОСЕДЫ
ДИЕТА гр КРЕПЫШИ