

Меню на 11.03.2024

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	58	0,48	0,48	1,89	1,89	3,08	3,08	31	31
Печенье	40	40	2,92	2,92	6,12	6,12	27,24	27,24	173,84	173,84
Чай с сахаром	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30
Завтрак 2										
Сок	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	42,67	42,67
Обед										
Икра морковная.	85	85	2,19	2,19	4,59	4,59	10,87	10,87	93,7	93,7
Суп картофельный с пшениной крупой на мясном бульоне.	200	150	0,87	0,65	1,13	0,85	5,71	4,28	36,6	27,45
Биточки рубленые из свинины.	60	60	6,26	6,26	19,3	19,3	8,97	8,97	132	132
Рис отварной.	100	100	2,43	2,43	3,58	3,58	24,45	24,45	139,8	139,8
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	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Бифидум	135	135	3,91	3,91	3,38	3,38	5,4	5,4	67,5	67,5
Пирожок печеный из дрожжевого теста с повидлом.	105	105	5,6	5,6	2,27	2,27	54,1	54,1	260,4	260,4
Чай с сахаром (диета).	200		0,06		0,02		9,99		40	
Рекомендованный ужин										
Каша пшеничная жидкая с сахаром и маслом.	200	150	4,4	3,3	4,06	3,04	31,93	23,95	182	136,5
Каша пшеничная вязкая с сахаром (диета).	155		4,4		4,06		31,93		182	
Хлеб пшеничный.		30		1,98		0,36		10,02		70,8
Напиток кофейный с молоком.		150		2,14		1,81		10,77		68,25
Хлеб пшеничный.	37		2,44		0,44		12,36		87,32	
Напиток кофейный с молоком.	200		2,85		2,41		14,36		91	
Чай с сахаром (диета).	200		0,06		0,02		9,99		40	

Исполнитель: Мед.сестра Кузнецова ()