

Меню на 13.03.2024

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли
Завтрак 1										
Пудинг из творога (запеченый).	120	120	15,14	15,14	10,76	10,76	24,33	24,33	255	255
Соус сметанный сладкий.	49	49	2,26	2,26	3,21	3,21	4,27	4,27	75,45	75,45
Бутерброд с маслом		35		2,76		8,49		16,45		153
Каша пшеничная вязкая с сахаром.(диета)	155		4,14		4,71		23,67		154,02	
Бутерброд с маслом	46		2,76		8,49		16,45		153	
Какао с молоком.		150		2,75		2,39		11,86		80,25
Какао с молоком.	200		3,67		3,19		15,82		107	
Чай с сахаром (диета).	200		0,06		0,02		9,99		40	
Завтрак 2										
Сок	100	100	0,5	0,5	0	0	10,1	10,1	42,67	42,67
Обед										
Помидор соленый.	33	33	1,1	1,1	0,2	0,2	3,8	3,8	22	22
Суп картофельный с рисом на мясном бульоне.	200	150	0,8	0,6	1,09	0,82	5,8	4,35	36,3	27,22
Картофель тушеный с мясом	170	150	14,04	12,39	12,73	11,23	14,77	13,03	238,1	210,09
Хлеб	45	30	3,15	2,1	0,45	0,3	20,34	13,56	100,13	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										
Кефир	150	150	4,35	4,35	3,75	3,75	6	6	75	75
Булочка домашняя.	80	80	3,64	3,64	6,26	6,26	26,96	26,96	179	179
Чай с сахаром (диета).	200		0,06		0,02		9,99		40	
Рекомендованный ужин										
Каша рисовая жидкая с сахаром и маслом.	200	150	1,09	0,82	1,95	1,46	13,73	10,3	77	57,75
Каша рисовая вязкая с сахаром (диета).	155		2,28		0,33		28,91		128	
Чай с сахаром .		150		0,04		0,01		7,49		30
Чай с сахаром .	200		0,06		0,02		9,99		40	

Исполнитель: Мед.сестра Куря ()