

Меню на 14.03.2024

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.	65	65	2,26	2,26	3,21	3,21	4,27	4,27	75,45	75,45
Бутерброд с маслом	41	35	2,76	2,76	8,49	8,49	16,45	16,45	153	153
Напиток кофейный с молоком.	200	150	2,85	2,14	2,41	1,81	14,36	10,77	91	68,25
Завтрак 2										
Яблоко	210	150	0,84	0,6	0,84	0,6	20,58	14,7	92,4	66
Обед										
Огурец соленый.	59	59	1,1	1,1	0,2	0,2	3,8	3,8	22	22
Щи из квашеной капусты с картофелем на курином бульоне.	200	150	0,64	0,48	1,94	1,46	2,69	2,02	30,9	23,17
Суфле из отварной курицы .	150	150	31,35	31,35	26,85	26,85	6,6	6,6	354,9	354,9
Хлеб	40	30	2,8	2,1	0,4	0,3	18,08	13,56	89	66,75
Компот из свежих плодов.	200	150	0,08	0,06	0,08	0,06	11,94	8,95	48,8	36,6
Соль	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Бифидум	180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,2	6	90	75
Хлеб пшеничный.	38	30	2,51	1,98	0,46	0,36	12,69	10,02	89,68	70,8
Рекомендованный ужин										
Суп молочный с гречневой крупой.	200	150	2,98	2,24	2,73	2,05	8,54	6,4	71,1	53,32
Чай с сахаром .	200	150	0,06	0,04	0,02	0,01	9,99	7,49	40	30

Исполнитель: Мед.сестра *Иванов*