

Меню приготовляемых блюд
Категория: Ясли



| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 03.04.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,04 | 5,42 | 16,76 | 131,66 |
| | БАТОН | 23 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 4 | 0,04 | 3,32 | 0,04 | 30 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 178 | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92 |
| Итого за завтрак 1 | | 356.00 | 8.19 | 11.24 | 43.03 | 310.08 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 149 | 0,72 | 0,14 | 14,18 | 61,61 |
| | ЯБЛОКО | 87 | 0,4 | 0,4 | 9,3 | 44,65 |
| Итого за завтрак 2 | | 236.00 | 1.12 | 0.54 | 23.48 | 106.26 |
| На весь день | Соль йодированная | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 3.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ) | 38 | 1,15 | 2,47 | 3,21 | 39,72 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | 4,65 | 4,99 | 7,69 | 107,84 |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 119 | 2,6 | 2,46 | 10,13 | 77,26 |
| | БИТОЧКИ ИЗ КУР | 59 | 6,55 | 6,33 | 10,56 | 121,53 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 46 | 2,24 | 0,32 | 17,6 | 78,4 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 148 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| Итого за обед | | 590.00 | 17.19 | 16.57 | 57.27 | 457.00 |
| Полдник | СНЕЖОК | 169 | 5,04 | 4,5 | 19,8 | 138,6 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 0,02 | 0 | 15,88 | 64,2 |
| Итого за полдник | | 189.00 | 5.06 | 4.50 | 35.68 | 202.80 |
| Ужин 1 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 36 | 0,53 | 2,67 | 2,27 | 38 |
| | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 150 | 6,26 | 7,67 | 28,49 | 208,84 |
| | БАТОН | 24 | 1,74 | 0,29 | 14,89 | 68,94 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 145 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 355.00 | 8.56 | 10.63 | 53.28 | 346.43 |
| Итого за день | | 1729.00 | 40.12 | 43.48 | 212.74 | 1422.57 |

Исполнитель  (Пономарева А.В.)

Шеф-повар  (Лущикова М.Л.)