

Заведующий (Серебрякова Г.И.)

16.05.2025

Меню на 16.05.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	0	230	0	5,7	0	6,9	0	25,1	0	186,1
КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ (ясли)	170	0	4,25	0	5,16	0	18,21	0	136,69	0
БАТОН	0	50	0	4	0	0,5	0	24,6	0	119
БАТОН (ясли) 35 гр	35	0	2,8	0	0,4	0	17,2	0	83,3	0
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	10	0,1	0,1	8,3	8,3	0,1	0,1	75	75
СЫР ПОРЦИЯМИ	10	20	2,31	4,62	2,98	5,96	0	0	36,51	73,03
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0	3,2	0	2,7	0	15,7	0	100,7	0
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	0	40	0	5,1	0	4,6	0	0,3	0	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0	200	0	3,2	0	2,7	0	15,7	0	100,7
Завтрак 2										
СОК	0	190	0	0,95	0	0,19	0	18,81	0	81,7
ЯБЛОКО (ясли)	71	0	0,3	0	0,3	0	6,95	0	33,37	0
На весь день										
Соль	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Соль (ясли)	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед										
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	0	60	0	0,8	0	3,9	0	4	0	55,2
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (ясли)	45	0	0,5	0	2,9	0	2,6	0	39,4	0
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	0	250	0	3,7	0	5,8	0	9,8	0	118,4
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (ясли)	200	0	3,3	0	4,9	0	7,8	0	99,8	0
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	0	140	0	3,34	0	4,26	0	34,91	0	190,73
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (ясли)	110	0	2,59	0	3,31	0	27,07	0	147,91	0
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	0	80	0	7,89	0	7,89	0	3,2	0	136
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ (ясли)	70	0	6,9	0	6,9	0	2,8	0	119	0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	0	50	0	2,8	0	0,4	0	20,2	0	98
ХЛЕБ РЖАНОЙ (ясли)	40	0	2,2	0	0,4	0	16,2	0	78,4	0
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	0	180	0	0	0	0	0	9,7	0	38,7
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (ясли)	150	0	0	0	0	0	8,8	0	30,94	0
Полдник										
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	202	202	5,66	5,66	4,95	4,95	9,39	9,39	105,85	105,85
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	0	75	0	4,8	0	4	0	38,6	0	219,5
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (ясли)	60	0	3,8	0	2,52	0	31,93	0	169,22	0
Ужин 1										
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	0	26	0	0,21	0	0	0	0,42	0	3,43
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (ясли)	26	0	0,21	0	0	0	0,42	0	3,43	0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	0	180	0	3,5	0	5,9	0	18	0	169,4
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (ясли)	150	0	2,9	0	5	0	15	0	141,5	0
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	0	80	0	19,07	0	13,49	0	14,89	0	255,75
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ (ясли)	70	0	16,78	0	11,87	0	13,1	0	225,06	0
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	180	0	0	0	0	11,5	11,5	47,3	47,3
БАТОН	0	50	0	4	0	0,5	0	24,6	0	119
БАТОН (ясли) 30 гр	25	0	1,92	0	0,25	0	12,83	0	65,5	0
Рекомендованный ужин 2										

Исполнитель: _____()