

УТВЕРЖДАЮ
 заведующий *И.В. Парарыв* (Парарыв И.В.)
 04.03.2025

Меню на 04.03.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Капуста тушеная (салат)	85	105	0	0	0	0	0	0	0	0
Омлет натуральный	93	95	7,23	7,39	8,34	8,52	2,96	3,02	95,44	97,5
Каша пшенная вязкая (диета)	0	123	0	5,04	0	7,26	0	23,24	0	179,55
Кофейный напиток с молоком	160	180	2,51	2,51	2,87	2,87	17,74	17,74	106,82	106,82
Кофейный напиток (диета)	0	180	0	0	0	0	0	17,74	0	36,99
Бутерброд с маслом и сыром	48	60	4,37	5,46	8,26	10,32	11,37	14,21	115,28	144,1
Завтрак 2										
Яблоко	90	100	0,36	0,4	0,36	0,4	8,71	9,68	39,15	43,5
Обед										
Салат из соленых огурцов	51	59	0,44	0,51	3,62	4,19	1,34	1,55	39,41	45,59
Суп по-крестьянски на мясном бульоне со сметаной	160	180	1,28	1,44	3,32	3,74	5,95	6,7	168,62	189,72
Суп пшенный на мясном бульоне (диета)	0	180	0	1,18	0	2,75	0	6,4	0	55,45
Колеты мясные	59	74	11,73	14,71	6,39	8,02	3,61	4,53	110,28	138,33
картофельное пюре	133	144	2,77	3	5,41	5,86	12,18	13,19	126,66	137,14
Картофель отварной (диета)	0	144	0	5,76	0	6,19	0	16,99	0	146,87
Компот из сухофруктов	160	180	1,48	1,66	0	0	79,21	89,12	108,08	121,6
Хлеб ржаной	40	45	2,4	2,7	0,4	0,45	17,73	19,95	75,59	85,05
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Лук репчатый	5	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Кефир	158	172	4,58	4,99	5,05	5,5	6,32	6,88	88,47	96,31
Компот из сухофруктов (диета)	0	170	0	1,57	0	0	0	84,16	0	114,84
Булка	30	30	2,69	2,69	0,98	0,98	17,18	17,18	83,66	83,66
Ужин 1										
Крупеник творожно-рисовый	117	138	7,01	8,27	3,42	4,03	38,63	45,57	141,57	166,98
Соус сметанный сладкий	40	50	1,26	1,58	5,41	6,76	2,88	3,6	65,21	81,51
Каша рисовая с сахаром (диета)	0	128	0	1	0	3,31	0	13,99	0	89,58
Кисель молочный	160	180	5,12	5,76	7,52	8,46	22,78	25,63	131,11	147,51
Компот из сухофруктов (диета)	0	180	0	1,66	0	0	0	89,12	0	121,6

Исполнитель: медсестра *Лаврова И.В.* (Лаврова И.В.)