

МЕНЮ
Сад 12 часов**Суббота 28 декабря 2024 год**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,5	2,2	0,1	30,7
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		180	6,4	6,3	31,3	208,3
КАША пшенинная жидкая (аллергики)		200				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,7	2,2	13,6	85,5
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)						
БАТОН		25	1,9	0,7	12,9	65,5
			13,5	11,4	57,9	390,0
II Завтрак						
КЕФИР		150	4,4	3,8	6,0	79,5
ЯБЛОКО (аллергики)		70				
			3,5	4,4	3,8	6,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,4	0,1	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	5,9	2,6	24,0	141,7
СУП картофельный (аллергики)						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)		60	9,7	10,7	9,0	170,2
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)						
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		150	3,1	3,1	13,4	95,5
Овощи тушеные (аллергики)						
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0,9	0,1	23,0	97,1
КОМПОТ ИЗ свежих яблок (аллергики)						
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
БАТОН		35	2,6	1,0	18,0	91,7
			24,6	17,9	101,4	664,4
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		50	0,4	0,1	0,9	6,5
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)						
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ		60	7,7	5,2	9,0	113,3
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		130	2,5	2,8	17,0	103,5
ПЮРЕ картофельное с морковью (аллергики)						
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180	0,2		11,1	45,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ПЕЧЕНЬЕ		40	3,0	3,9	29,8	166,8
АПЕЛЬСИН		80	0,7	0,2	6,5	34,4
ЯБЛОКО (аллергики)		60				
			15,8	12,4	82,8	511,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			57,4	44,8	247,7	1 636,0

МЕНЮ

Ясли 12 часов

Суббота 28 декабря 2024 год

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,5	2,2	0,1	30,7
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ КАША пшенная жидкая (аллергики)		130	4,5	4,7	22,6	150,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)		180	2,7	2,2	13,6	85,5
БАТОН		20	1,5	0,6	10,3	52,4
			11,2	9,7	46,6	319,4
II Завтрак						
КЕФИР ЯБЛОКО (аллергики)		150 70	4,4	3,8	6,0	79,5
			3,5	4,4	3,8	6,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,2		0,8	4,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ СУП картофельный (аллергики)		150/10	4,7	2,0	19,3	113,1
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)		50	8,1	8,9	7,5	141,9
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ Овощи тушеные (аллергики)		110	2,2	2,3	9,8	70,4
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ КОМПОТ ИЗ свежих яблок (аллергики)		150	0,8		19,4	81,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ БАТОН		20 20	1,3 1,5	0,2 0,6	8,5 10,3	40,8 52,4
			18,8	14,0	75,6	503,8
Полдник						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)		30	0,2		0,5	3,9
БИТОЧЕК РЫБНЫЙ		60	7,7	5,2	9,0	113,3
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ ПЮРЕ картофельное с морковью		130	2,5	2,8	17,0	103,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,2		9,2	38,3
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	2,0	14,9	83,4
АПЕЛЬСИН ЯБЛОКО (аллергики)		70 60	0,6	0,1	5,7	30,1
			14,0	10,3	64,8	413,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,4	37,8	193,0	1 316,0