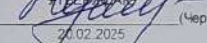



Заведующий  (Черных Н.А.)
20.02.2025

Меню на 20.02.2025

Наименование блюда	Выход			Белки, г			Жиры, г			Углеводы, г			Энд. ккал		
	Сад	Ясли	Диета	Сад	Ясли	Диета	Сад	Ясли	Диета	Сад	Ясли	Диета	Сад	Ясли	Диета
Завтрак 1															
Каша манная (диета)			117			11,36			18,93			66			479,74
Каша манная молочная	182	178		5,86	5,73		7,31	7,15		22,87	22,37		181,51	177,52	
Кофейный напиток	180	150		3,6	3		0	0		167,04	139,2		711,36	592,8	
Кофейный напиток (диета)			180			3,6			0			167,04			711,36
Печенье	35	35	35	2,24	2,24	2,24	5,88	5,88	5,88	23,98	23,98	23,98	157,85	157,85	157,85
Завтрак 2															
Яблоко	130	130		0,52	0,52		0,52	0,52		12,74	12,74		61,1	61,1	
На весь день															
Соль	4	3		0	0		0	0		0	0		0	0	
Обед															
Суп вермишелевый на к/б	200	180		9,58	8,71		8,07	7,26		31,17	28,05		236,72	213,05	
Суп вермишелевый на к/б (диета)			200			9,68			8,67			31,21			242,32
Плов из риса с курамаи	192	192		23,34	23,34		31,45	31,45		35,36	35,36		518,45	518,45	
Плов из риса с курамаи (диета)			184			23,18			25,28			35,14			461,42
Икра морковная	91	91	66	1,54	1,54	1,11	6,63	6,63	4,81	7,41	7,41	5,37	97,09	97,09	70,42
Компот из яблок	180	150	180	0,61	0,51	0,61	0,61	0,51	0,61	47,67	39,72	47,67	201,94	168,28	201,94
Хлеб ржаной	32	32	44	1,79	1,79	2,46	0,35	0,35	0,48	15,81	15,81	21,74	74,24	74,24	102,08
Полдник															
Омлет натуральный с сыром	135	135		7,28	7,28		10,42	10,42		15,25	15,25		184,98	184,98	
Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую			55			7,15			6,6			0,55			86,35
Свекла отварная порционно	70	70	69	1,05	1,05	1,04	0,06	0,06	0,06	6,16	6,16	6,07	29,39	29,39	28,97
Кисель из сока	184	153	183	0,01	0,01	0,01	0	0	0	33,88	28,26	33,8	135,98	113,07	135,24
Хлеб ржаной	22	22	22	1,23	1,23	1,23	0,24	0,24	0,24	10,87	10,87	10,87	51,04	51,04	51,04
Булка	29	29	36	2,15	2,15	2,66	0,84	0,84	1,04	14,91	14,91	18,5	72,5	72,5	90
Ужин 1															
Кефир	185	161		5,18	4,51		4,63	4,03		7,59	6,6		98,05	85,33	
Булка	29	29		2,15	2,15		0,84	0,84		14,91	14,91		72,5	72,5	

Исполнитель: старшая медсестра  (Тетерюк Ю.В.)