

Заведующий

(Черных Н.А.)

Меню на 22.05.2025

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)			124			12,06			20,06			69,95			508,45
Каша манная молочная	178	178		5,73	5,73		7,15	7,15		22,37	22,37		177,52	177,52	
Кофейный напиток	180	180		3,6	3,6		0	0		167,04	167,04		711,36	711,36	
Кофейный напиток (диета)			180			4,16			5,47			24,01			159,71
Булка			40			0,32			0,04			1,94			9,4
Печенье	39	39		2,5	2,5		6,55	6,55		26,72	26,72		175,89	175,89	
Завтрак 2															
Яблоко	130	110		0,52	0,44		0,52	0,44		12,74	10,78		61,1	51,7	
На весь день															
Соль	1	1		0	0		0	0		0	0		0	0	
Обед															
Суп вермишелевый на к/б	204	184		9,87	8,91		8,23	7,42		31,79	28,68		241,45	217,78	
Суп вермишелевый на к/б (диета)			202			9,78			8,76			31,52			244,74
Птица отварная (диета)			73			10,9			6,52			2,29			117,43
Птица отварная перекрученная		56				10,47			9,01		0			123,2	
Птица отварная порционная	114			21,32			18,35			0			250,8		
Каша гречневая вязкая	125	125		13,6	13,6		18,25	18,25		61,32	61,32		463,56	463,56	
Каша гречневая вязкая (диета)			120			15,12			3,96			68,52			369,6
Свекла отварная порционно	70	70	59	1,05	1,05	0,89	0,06	0,06	0,05	6,16	6,16	5,19	29,39	29,39	24,77
Компот из яблок	180	150	180	0,61	0,51	6,98	0,61	0,51	6,98	47,67	39,72	16,07	201,94	168,28	62,44
Хлеб ржаной	29	30	38	1,62	1,68	1,77	0,32	0,33	0,27	14,33	14,82	14,86	67,28	69,6	70,79
Полдник															
Рагу овощное	252	233		4,75	4,39		14,33	13,25		25,1	23,21		250,76	231,85	
Рагу овощное (диета)			252			4,33			15,31			23,77			251,84
Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	27	27	27	3,51	3,51	3,51	3,24	3,24	3,24	0,27	0,27	0,27	42,39	42,39	42,39
Кисель из сока	176	147	176	0,01	0,01	0,01	0	0	0	32,51	27,15	32,51	130,06	108,63	130,06
Хлеб ржаной	20	20	20	1,12	1,12	1,12	0,22	0,22	0,22	9,88	9,88	9,88	46,4	46,4	46,4
Булка	30	30	40	2,22	2,22	0,32	0,87	0,87	0,04	15,42	15,42	1,94	75	75	9,4
Ужин 1															
Кефир	178	150		4,98	4,2		4,45	3,75		7,3	6,15		94,34	79,5	
Булка	30	30		2,22	2,22		0,87	0,87		15,42	15,42		75	75	

Исполнитель: старшая медсестра (Тетерук Ю.В.)