

Меню на 16.05.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	131,67	4,04	5,41	16,76
БАТОН	25	59,5	1,99	0,29	12,29
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	37,5	0,05	4,15	0,05
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	160	80,56	2,56	2,16	12,56
Завтрак 2					
ЯБЛОКО	91	42,77	0,36	0,36	8,92
На весь день					
Соль (ясли)	3				
Обед					
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	40	94,61	2,12	6,82	6,23
СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	150	110,63	5,1	6,3	6,38
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	173,1	3,04	3,87	31,68
ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60				
ПОДЛИВ	50	33,7	0,4	1,9	3,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39,2	1,12	0,16	8,08
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	32,25			8,08
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	94,32	5,04	4,41	8,37
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА "	50	152	3,6	3	27,2
Ужин 1					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30				
ОМЛЕТ	150	187,5	11,78	13,59	4,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39,2	1,12	0,16	8,08
БАТОН	20	47,6	1,59	0,23	9,83
ЧАЙ С САХАРОМ	180	35,29			8,8

Меню на 16.05.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	198	173,81	5,34	7,15	22,12
БАТОН	29	69,02	2,31	0,33	14,25
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	37,5	0,05	4,15	0,05
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	198	99,69	3,17	2,67	15,54
КАША "ГЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ 1.4.8.12.12ГР	180	135,69	2,63	5,54	18,69
ЧАЙ БЕЗ САХАРА 1.1.4.8.12.12ГР	180	0,91	0,12	0,03	0,04
ХЛЕБЦЫ 4.12.12ГР	20	57,2	0,56	0,64	9,04
Завтрак 2					
ЯБЛОКО	91	42,77	0,36	0,36	8,92
ПЕЧЕНЬЕ 12ГР	20	55,6	1,52	1,6	10,08
На весь день					
Соль	3				
Обед					
САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	141,92	3,18	10,23	9,34
СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	175	129,06	5,95	7,35	7,44
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	187,53	3,29	4,19	34,32
ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	70				
ПОДЛИВ	50	33,7	0,4	1,9	3,5
ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	54,88	1,57	0,22	11,31
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	38,7			9,7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 1.4.8.12.12ГР	176	105,44	4,56	4,88	7,52
МЯСО ОТВАРНО(СВИНИНА)4.8.12.12ГР	70				
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	102,7	5,49	4,8	9,11
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА "	70	212,8	5,04	4,2	38,08
ЧАЙ С САХАРОМ 1.1.4.8.12.12ГР	180	35,29			8,8
ПЕЧЕНЬЕ 4.8.12.12ГР	20	55,6	1,52	1,6	10,08
Ужин 1					
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	50				
ОМЛЕТ	147	183,75	11,54	13,32	4,7
ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	37,24	1,06	0,15	7,68
БАТОН	23	54,74	1,84	0,23	11,32
ЧАЙ С САХАРОМ	180	35,29			8,8
ПЛОВ С МЯСОМ 4.8.12.12ГР	200	502,67	27,07	22,67	47,59