

Меню на 20.01.2025 (Ясли)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ(ясли)	150				
БАТОН	25	59,5	1,99	0,29	12,29
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	37,5	0,05	4,15	0,05
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 160 гр (ясли)	160	80,5	2,6	2,1	12,6
Завтрак 2					
СОК (ясли)	200	86	1	0,2	19,8
На весь день					
Соль (ясли)	3				
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (ясли)	40	36,89	0,62	2,58	2,58
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	70,2	1,62	2,58	10,08
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ(2 ВАРИАНТ) ясли	110	96,69	2,25	3,05	20,28
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)ясли	60	239,27	5,35	20,89	0,82
ХЛЕБ РЖАНОЙ (ясли)	20	39,2	1,1	0,2	8,1
БАТОН	20	47,6	1,59	0,23	9,83
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (ясли)	150	30,94			8,8
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (ясли)	180	101,6	5,48	4,76	9,08
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (ясли)	50	141,02	3,17	2,1	26,61
Ужин 1					
МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА (ясли)	162	262,18	5,86	9,08	38,52
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ (ясли)	50	19,9			4,8
ХЛЕБ РЖАНОЙ(ясли)	20	39,2	1,1	0,2	8,1
БАТОН	20	47,6	1,59	0,23	9,83
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	170	0,86	0,11	0,03	0,03

Меню на 20.01.2025 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г
Завтрак 1					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	155				
БАТОН	28	66,64	2,23	0,32	13,76
МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	37,5	0,05	4,15	0,05
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	194	97,68	3,1	2,62	15,23
КАША "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ диета 1.4.8.11.12.12ГР	180	155,08	2,77	5,54	23,4
ЧАЙ С САХАРОМ 1.4.8.11.12.12ГР	180	35,29			8,8
ХЛЕБЦЫ 4.12.12ГР	20	57,2	0,56	0,64	9,04
Завтрак 2					
СОК	152	65,36	0,76	0,15	15,05
ПЕЧЕНЬЕ 12ГР	20	55,6	1,52	1,6	10,08
ЯБЛОКО 1.8.11.12ГР	84	39,48	0,34	0,34	8,23
На весь день					
Соль	5				
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	57,9	1	4	4,5
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	178	83,3	1,92	3,06	11,96
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ(2 ВАРИАНТ)	130	114,27	2,66	3,61	23,96
БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	70	279,14	6,24	24,37	0,95
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	58,8	1,68	0,24	12,12
БАТОН	22	52,36	1,75	0,25	10,81
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	38,7			9,7
МЯСО ОТВАРНО(СВИНИНА)4.11.12.12ГР	70				
Полдник					
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	190	99,56	5,32	4,66	8,84
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	175,6	3,84	3,2	30,88
ЧАЙ БЕЗ САХАРА 1.4.8.11.12.12ГР	180	0,91	0,12	0,03	0,04
ПЕЧЕНЬЕ 4.8.11.12.12ГР	20	55,6	1,52	1,6	10,08
Ужин 1					
МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	180	291,31	6,51	10,09	42,8
СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	19,9	0,2		4,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	39,2	1,12	0,16	8,08
БАТОН	22	52,36	1,76	0,22	10,82
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	1,01	0,13	0,03	0,04
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ И ИЗЮМОМ 1.4.11.12ГР	200	212,97	3,44	6,16	36,56