

14.05.2025

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.05.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	3.61	3.79	21.34	127.76
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2.61	2.25	13.38	88.92
	КАША "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ диета гр.волшебники, звоночки	150	2.31	4.62	19.5	129.33
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.волшебники	180	0	0	8.8	35.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр. звоночки	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за завтрак 1		870.00	10.19	15.09	75.96	479.13
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	180	0.9	0.18	17.81	77.4
	ЯБЛОКО диета гр.волшебники, звоночки	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		280.00	1.30	0.58	27.61	124.40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0.67	3.93	3.27	55.2
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6.12	7.56	7.65	132.75
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2.6	2.46	10.13	77.26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6.55	6.33	10.56	121.53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.12	0.16	8.8	39.2
	БАТОН	20	1.2	0.2	10.28	47.6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ диета гр.волшебники, звоночки	180	4.65	4.99	7.69	107.84
	КУРЫ ОТВАРНЫЕ ИЗМЕЛЬЧЕННЫЕ диета гр.волшебники, звоночки	60	13.35	8.5	0	139.3
Итого за обед		830.00	36.41	34.21	70.01	768.31
Полдник	КЕФИР	172	5.15	0.17	6.87	53.27
	ПРЯНИКИ	31	1.83	1.45	23.25	113.46
	ЧАЙ С САХАРОМ диета гр.волшебники	180	0	0	8.8	35.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр. звоночки	180	0.11	0.03	0.04	0.82
	ХЛЕБЦЫ диета гр.волшебники, звоночки	18	1.42	0.25	14.74	66.96
Итого за полдник		581.00	8.51	1.90	53.70	269.81
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0.6	0.04	3.52	16.8
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6.26	7.67	28.49	208.84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.38	0.25	10.13	49
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
	РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРОЙ диета гр.волшебники, звоночки	160	11.48	10.72	13.9	198.4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.звоночки	150	0.1	0.03	0.03	0.76
Итого за ужин 1		710.00	21.95	19.06	81.69	587.75
Итого за день		3274.00	78.36	70.84	308.97	2229.40
Итого за день без диеты		1736	44.43	41.27	225.63	1467.57