

МЕНЮ

Сад 12 часов

23.05.2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	180		4,56	5,72	27,77	180,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,05	0,25	20,07	94,73
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10		0,10	8,30	0,10	75,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,86	2,62	13,75	90,85
			10,57	16,89	61,69	441,28
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100		0,50	0,10	10,10	43,00
			0,50	0,10	10,10	43,00
Обед						
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180/50/10		2,53	7,67	8,88	114,91
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		3,46	2,94	16,80	105,50
РУЛЕТ РЫБНЫЙ	70		12,74	5,06	0,53	98,77
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,54	4,30	43,19
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,04	0,00	0,59	2,58
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50		3,31	0,44	21,20	101,98
			22,77	18,65	52,30	466,93
Полдник						
ВАФЛИ	50		9,10	6,3	37,2	220,32
МОРС КЛЮКВЕННЫЙ	180		0,12	0,05	21,74	89,91
			9,22	6,35	58,94	310,23
Ужин						
ГРЕЧКА С САХАРОМ	150		5,51	0,66	14,55	73,97
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15		0,22	0,11	16,13	64,50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50		3,82	0,31	25,09	118,41
			9,55	1,08	55,77	256,88
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52,61	43,07	238,8	1518,32

МЕНЮ
Ясли 12 часов
23.05.2025 г.

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ	160	6,08	8,38	22,70	187,96	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3,07	2,91	15,39	100,99	
		11,49	15,63	53,19	397,50	
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,50	0,10	9,90	43,00	
		0,50	0,10	9,90	43,00	
Обед						
СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	150/15	1,65	4,96	5,69	73,91	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	80	1,94	2,32	12,40	78,21	
РУЛЕТ РЫБНЫЙ	30	9,78	0,55	0,30	45,48	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,42	1,52	2,59	25,99	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,04	0,00	17,82	71,47	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	
		15,82	9,61	51,52	356,25	
Полдник						
МОРС КЛЮКВЕННЫЙ	150	0,10	0,04	18,12	74,94	
ВАФЛИ	50	8,05	5,63	33,25	215,77	
		8,15	5,67	51,37	290,71	
Ужин						
ГРЕЧКА С САХАРОМ	180	6,70	0,80	17,70	90,00	
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,20	0,10	14,63	58,50	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	
		9,19	1,09	47,38	219,55	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		45,15	32,10	213,36	1 307,01	

