

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли (аллергики)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	145	5,99	6,64	28,53	198,27
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		380.00	13.31	15.81	58.33	429.30
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		610.00	13.53	32.29	66.23	577.06
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	140	3,91	5,6	18,94	169,3
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,2	1,9	1,8	26,7
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400.00	6.02	7.83	36.20	268.22
Итого за день		1703.00	40.07	62.14	201.43	1525.70
Среднее значение за период		1703.00	40.07	62.14	201.43	1525.70