

Меню на 18.09.2025, День 9

Аллергики ясли

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша гречневая на воде с маслом растительным	150	2,62	5,681	16,811	128,734
2. Хлеб ржаной обогащенный	35	2,31	0,455	13,93	70,35
3. Чай (0,2)	150	0	0	6,916	27,651
Итого:		4,93	6,136	37,657	226,734
2й Завтрак					
1. Сок для раннего возраста яблочный()	80	0,4	0,08	8,08	36,8
Итого:		0,4	0,08	8,08	36,8
Обед					
1. Салат из консервированного зеленого горошка с маслом растительным	30	0,806	3,049	1,69	37,37
2. Суп рисовый вегетарианский	150	1,185	5,209	10,364	93,186
3. Биточки мясные	40	7,098	7,381	2,156	103,454
4. Овощное пюре	150	2,616	5,331	14,142	115,93
5. Хлеб ржаной обогащенный	35	2,31	0,455	13,93	70,35
6. Компот из свежих фруктов(яблоки,груша)	150	0,13	0,097	12,229	50,779
Итого:		14,145	21,522	54,512	471,068
Полдник					
1. Капуста тушеная с мясом	160	9,51	7,489	7,457	136,844
2. Хлеб ржаной обогащенный	35	2,31	0,455	13,93	70,35
3. Чай (0,3)	150	0	0	9,88	39,501
4. Фрукты (яблоко зеленое или груша)	70	0,281	0,211	7,231	32,994
Итого:		12,1	8,154	38,498	279,689
Итого за день:		31,574			1014,29

Диетсестра_____Завъялова Н.В.

Аллергики сад

Блюда	Выход	Химический состав			
		Белки	Жиры	Углев.	Ккал
Завтрак					
1. Каша гречневая на воде с маслом растительным	200	3,368	5,877	20,203	147,029
2. Хлеб ржаной обогащенный	60	3,96	0,78	23,88	120,6
3. Чай (0,2)	180	0	0	9,88	39,501
Итого:		7,328	6,657	53,963	307,13
2й Завтрак					
1. Фрукты (яблоко зеленое или груша)	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		0,32	0,32	7,848	37,638
Обед					
1. Салат из зеленого горошка консервированного с растительным маслом	35	1,008	5,06	2,113	57,95
2. Суп "Крестьянский" с крупой вегетарианский	250	2,921	5,369	17,736	131,701
3. Голубцы ленивые	220	10,858	13,663	19,786	247,296
4. Хлеб ржаной обогащенный	60	3,96	0,78	23,88	120,6
5. Компот из свежих груш	180	0,144	0,108	15,684	64,8
Итого:		18,89	24,98	79,199	622,347
Полдник					
1. Котлета мясная	50	8,976	9,245	3,478	133,066
2. Овощное пюре	150	2,664	5,351	14,932	119,43
3. Хлеб ржаной обогащенный	60	3,96	0,78	23,88	120,6
4. Чай (0,3)	180	0	0	14,82	59,252
5. Фрукты (яблоко зеленое или груша)	80	0,32	0,32	7,848	37,638
Итого:		15,921	15,697	64,958	469,985
Итого за день:		42,459	47,654	205,968	1437,1

Заведующий_____Лебедь Е.Н.