

Меню на 24.02.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		Эн/ц, ккал	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак 1										
Омлет натуральный	100	120	7,48	8,98	8,56	10,27	4,47	5,36	133,31	159,97
Икра кабачковая	50	60	0	0	3,5	4,2	3,5	4,2	45	54
Печенье	40	40	2,8	2,8	4	4	29,2	29,2	164	164
Масло сливочное	5	5	0,05	0,05	3,63	3,63	0,07	0,07	33,1	33,1
Чай с сахаром	150	180	0	0	0	0	3,33	4	13,34	16
Завтрак 2										
Яблоко	90	110	0,36	0,44	0,36	0,44	8,73	10,67	39,14	47,84
Обед										
Свекольник	180	200	3,6	4	3,24	3,6	17,91	19,9	114,3	127
Вермишель отварная	120	130	4,03	4,37	3,55	3,85	27,46	29,74	160,31	173,67
Биточки из печени, печеные	0	130	0	23,7	0	9,91	0	20,7	0	268,98
Гуляш из печени	99	0	15,64	0	6,25	0	2,31	0	124,09	0
Помидор соленый	40	40	0,44	0,44	0	0	1,52	1,52	7,99	7,99
Хлеб	30	40	1,92	2,56	0,33	0,44	12,01	16,02	58,56	78,08
Кисель из сока	150	180	0,21	0,25	0	0	23,11	27,74	93,1	111,73
Соль	3	5	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник										
Кефир	130	130	3,67	3,67	4,04	4,04	5,06	5,06	70,85	70,85
Булка.	30	30	2,26	2,26	0,88	0,88	15,11	15,11	77,15	77,15
Ужин 1										
Каша манная молочная жидкая	150	180	5,41	6,5	5,41	6,5	16,66	20	136,59	163,91
Салат из моркови с сахаром	40	50	0,4	0,5	0	0	4,39	5,49	20,2	25,25
Булка.	30	30	2,26	2,26	0,88	0,88	15,11	15,11	77,15	77,15
Кофейный напиток с молоком	150	180	1,5	1,8	1,5	1,8	6	7,2	52,5	63
Рекомендованный ужин 2										

Заведующий МБДОУ д/с № 46



И.А. Огурцова