

Семенова И.С.

25 июня 2025 г.

Сад 12 БЕЗМОЛОЧНАЯ

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)	160	7.1	6.7	43.7	263
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	40	6.4	5.3	3.3	81
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		15.1	12.6	63.5	427
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0.2		6.4	28
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		6.2	25
Итого		1.7	0.6	16.7	80
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ	60	3	4.6	3.6	68
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (аллергики)	60	0.9	2.5	5.2	46
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	6.3	6.3	8.4	116
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ) (аллергики)	200	3.8	7.7	8.4	118
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	200	16.6	9	32	289
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (аллергики)	140	2.7	5.1	22.1	146
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	14.4	33.4	0.4	360
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0.3	12.7	61
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8	32
Итого		29.4	20.8	75	618
Полдник					
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	80	8.3	4.5	2.3	83
МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	60	14.4	33.4	0.4	360
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	140	2.5	9.2	24.7	192
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	180	0.9		22.9	99
ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0.1		6.2	25

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого		14.9	14.9	78.5	514
Всего		61.1	48.9	233.7	1639

Медицинская сестра _____