

02.06.2025

(Ясли)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак

20/4 **Бутерброд с маслом
сливочным**

Ккал-80, Бел-2, Жир-3, Угл-117

батон "Ябинушка", масло сладко-сливочное 72,5%

120/4/1 **Макароны отварные с
0 маслом, сыром**

Ккал-246, Бел-9, Жир-8, Угл-33

макароны, сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%

150 **Какао на сгущенном молоке**

Ккал-98, Бел-4, Жир-7, Угл-17

молоко цельное сгущенное с сахаром, какао-порошок

Итого за Завтрак Ккал-424, Бел-15, Жир-18, Угл-167

Завтрак 2

80 **яблоко печеное**

Ккал-109, Угл-26

яблоки, повидло фруктовое, сахар-песок

Итого за Завтрак 2 Ккал-109, Угл-26

Обед

150 **борщ вегетарианский
протертый**

Ккал-63, Бел-3, Жир-7, Угл-8

картофель, свекла, капуста белокочанная, морковь св., соль йодированная, масло подсолнечное раф., томат-паста

70 **Котлета рубленая из
птицы (цыплята)**

Ккал-182, Бел-11, Жир-10, Угл-12

тушка цыпленка 1 категории, молоко питьевое пастериз. 2,5%, хлеб белый пшеничный, сухари панировочные, масло сладко-сливочное 72,5%

120 **Каша пшеничная с маслом**

Ккал-128, Бел-3, Жир-4, Угл-19

крупа пшеничная, масло сладко-сливочное 72,5%

30 **Хлеб ржано-пшеничный**

Ккал-68, Бел-2, Угл-14

20 **Хлеб из муки пшеничной**

Ккал-48, Бел-2, Угл-10

150 **Компот из сухофруктов**

Ккал-112, Бел-1, Жир-3, Угл-20

сахар-песок, сухофрукты

40 **Помидор свежий**

Ккал-8, Угл-1

Итого за Обед Ккал-609, Бел-22, Жир-24, Угл-84

Полдник

150/7/5 **Чай с лимоном**

Ккал-27, Угл-6

сахар-песок, лимоны, чай черный

180 **каша вязкая с морковью**

Ккал-231, Бел-8, Жир-9, Угл-34

молоко питьевое пастериз. 2,5%, морковь св., крупа геркулес, масло сладко-сливочное 72,5%, сахар-песок

Итого за Полдник Ккал-258, Бел-8, Жир-9, Угл-40

Ужин

100 **Молоко кипяченое**

Ккал-52, Бел-3, Жир-3, Угл-5

15 **Хлеб из муки пшеничной**

Ккал-36, Бел-1, Угл-7

Итого за Ужин Ккал-88, Бел-4, Жир-3, Угл-12

Итого за день Ккал-1 488, Бел-49, Жир-54, Угл-329

Заведующий _____

Кладовщик _____

Шеф-повар _____

Н.М.Павлова

стоимость

115,98 руб