

28.05.2025

МБДОУ д/с № 60 "Крепышок" г. Ставрополя

(Ясли)

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

Завтрак

20/4/5	Бутерброд с маслом сливочным, сыром батон "Ябинушка", сыр полутвердый 50%, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-147, Бел-4, Жир-7, Угл-165
150	Каша манная молочная жидкая молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа манная, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-125, Бел-4, Жир-5, Угл-18
150	Кофейный напиток с молоком молоко питьевое пастериз. 2,5%, сахар-песок, кофейный напиток	Ккал-67, Бел-2, Жир-2, Угл-10
Итого за Завтрак		Ккал-339, Бел-10, Жир-14, Угл-193

Завтрак 2100 **сок яблочный 0,2****Итого за Завтрак 2**Обед

180	суп картофельный с пшеном картофель, морковь св., крупа пшено шлифованное, лук репчатый, соль йодированная, масло подсолнечное раф., зелень (укроп, петрушка)	Ккал-89, Бел-4, Жир-6, Угл-15
70	Тефтели из мяса говядины мясо говядины а б/к охл., лук репчатый, молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа рис шлифованный 1 сорт, мука пшеничная в/с, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-145, Бел-10, Жир-8, Угл-9
30	Соус томатный мука пшеничная в/с, томат-паста, масло сладко-сливочное 72,5%, морковь св., лук репчатый, сахар-песок	Ккал-23, Жир-1, Угл-2
120	каша ячневая вязкая крупа ячневая, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-119, Бел-4, Жир-6, Угл-20
15	Хлеб из муки пшеничной	Ккал-36, Бел-1, Угл-7
30	Хлеб ржано-пшеничный	Ккал-68, Бел-2, Угл-14
150	Кисель из плодов шиповника (витаминный) сахар-песок, крахмал картофельный, шиповник	Ккал-87, Бел-3, Жир-5, Угл-22
40	Помидор свежий	Ккал-8, Угл-1
Итого за Обед		Ккал-575, Бел-24, Жир-26, Угл-90

Полдник

150/7/5	Чай с лимоном сахар-песок, лимоны, чай черный	Ккал-27, Угл-6
180	Каша геркулесовая жидкая молочная молоко питьевое пастериз. 2,5%, крупа геркулес, сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%	Ккал-159, Бел-6, Жир-9, Угл-21
60	пирожок с картофелем и луком яйцо куриное пищевое, мука пшеничная в/с, картофель, молоко питьевое пастериз. 2,5%, лук репчатый, масло подсолнечное раф., сахар-песок, масло сладко-сливочное 72,5%, дрожжи сухие	Ккал-271, Бел-12, Жир-12, Угл-28
Итого за Полдник		Ккал-457, Бел-18, Жир-21, Угл-55

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-1 459, Бел-56, Жир-64, Угл-350

Заведующий _____

Кладовщик _____

Шеф-повар _____

Н.М.Павлова

стоимость 125, 59 руб