

13 января 2023 г.

Меню Ясли

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
2	8	15	136	20		Батон
4	5	17	127	0,150		Каша вязкая рисовая молочная
3	2	14	91	180		Кофейный напиток с молоком
-	-	3	12	0,030		Салат из моркови и яблок
Обед						
3	3	12	89	150		Суп - пюре из картофеля
2	5	11	99	0,130		Капуста тушеная
3	1	23	117	0,030		Сухарики из хлеба пшеничного
2	-	18	76	40		Хлеб ржаной
11	15	1	181	0,050		Биточки по-белорусски из мяса кур
1	-	15	58	0,150		Компот морковно-яблочный
Второй завтрак						
1	-	10	42	100		Сок натуральный
Полдник						
2	3	19	104	25		Печенье промышленного производства
4	4	6	80	0,150		Варенец
Ужин						
10	11	38	282	0,130		Запеканка из вермишели с творогом
2	2	14	85	0,020		Сгущенное молоко
-	-	7	28	0,150		Чай без сахара 1
-	-	10	44	0,100		Яблоки
50	60	233	1 651			

Меню Сад

Пищевая ценность				Выход	Источник	Наименование блюда
Белки	Жиры	Углеводы	ККал			
Завтрак						
3	9	18	170	30		Батон
4	6	21	152	0,180		Каша вязкая рисовая молочная
3	3	16	101	0,200		Кофейный напиток с молоком
-	-	4	16	40		Салат из моркови и яблок
Обед						
3	3	12	89	0,180		Суп - пюре из картофеля
3	6	13	114	0,150		Капуста тушеная
3	1	23	117	0,030		Сухарики из хлеба пшеничного
3	1	22	95	50		Хлеб ржаной
15	21	1	253	0,070		Биточки по-белорусски из мяса кур
1	-	15	58	0,150		Компот морковно-яблочный
Второй завтрак						
1	-	10	42	100		Сок натуральный
Полдник						
2	3	22	125	30		Печенье промышленного производства
4	4	6	80	0,150		Варенец
Ужин						
12	13	47	347	0,160		Запеканка из вермишели с творогом
2	3	19	85	0,030		Сгущенное молоко
-	-	7	28	0,150		Чай без сахара 1
-	-	10	44	0,100		Яблоки
60	74	266	1 917			

