

Меню-раскладка  
ТРЕБ. дети № 18 от 21.04.2025, 2.ДОУ 527, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч

| Блюдо                                                | Энергетическая<br>ценность, ккал | Белки, г        | Жиры, г         | Углеводы, г      | Выход блюда, г   |
|------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------|-----------------|------------------|------------------|
| <b>Завтрак</b>                                       |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Каша пшеничная безмолочная с<br>маслом растит 200 гр | 380,64000                        | 4,32000         | 4,68000         | 28,86000         | 200,000          |
| Батон 40 гр                                          | 94,00000                         | 3,08000         | 1,20000         | 21,32000         | 40,000           |
| Чай 200 гр ,                                         | 49,27000                         | 0,00000         | 0,00000         | 11,81000         | 200,000          |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>523,91000</b>                 | <b>7,40000</b>  | <b>5,88000</b>  | <b>61,99000</b>  | <b>440,000</b>   |
| <b>Завтрак второй</b>                                |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Сок 150г                                             | 138,00000                        | 0,75000         | 0,15000         | 15,15000         | 150,000          |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>138,00000</b>                 | <b>0,75000</b>  | <b>0,15000</b>  | <b>15,15000</b>  | <b>150,000</b>   |
| <b>Обед</b>                                          |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Рассольник "Ленинградский" со<br>сметаной ..         | 243,01000                        | 2,39000         | 3,85000         | 17,47000         | 250,000          |
| Печень (безмолочное меню) 70 г                       | 208,44000                        | 20,62000        | 12,10000        | 0,00000          | 70,000           |
| Картофельное пюре (без молока) 130г                  | 222,74000                        | 1,49000         | 2,70000         | 13,05000         | 130,000          |
| Напиток из шиповника 200 гр                          | 71,05000                         | 0,48000         | 0,00000         | 17,27000         | 200,000          |
| Хлеб ржаной 30 гр.                                   | 54,30000                         | 1,98000         | 0,36000         | 12,54000         | 30,000           |
| Хлеб пшеничный 20 гр                                 | 46,20000                         | 1,52000         | 0,18000         | 10,02000         | 20,000           |
| Соль                                                 | 0,00000                          | 0,00000         | 0,00000         | 0,00000          | 5,000            |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>845,74000</b>                 | <b>28,48000</b> | <b>19,19000</b> | <b>70,35000</b>  | <b>705,000</b>   |
| <b>Уплотненный полдник</b>                           |                                  |                 |                 |                  |                  |
| Салат из моркови с растительным<br>маслом/           | 65,69000                         | 0,66000         | 3,57000         | 7,29000          | 50,000           |
| Чай 200 гр ,                                         | 49,27000                         | 0,00000         | 0,00000         | 11,81000         | 200,000          |
| Мармелад 28 гр                                       | 164,08000                        | 0,11000         | 0,00000         | 21,45000         | 28,000           |
| Хлеб пшеничный 20 гр                                 | 46,20000                         | 1,52000         | 0,18000         | 10,02000         | 20,000           |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>325,24000</b>                 | <b>2,29000</b>  | <b>3,75000</b>  | <b>50,57000</b>  | <b>298,000</b>   |
| <b>Всего:</b>                                        | <b>1 832,89000</b>               | <b>38,92000</b> | <b>28,97000</b> | <b>198,06000</b> | <b>1 593,000</b> |