

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Карапузики, Невалюшки	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		397.00	12.12	13.22	69.59	446.28
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	185	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		185.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,38	2,25	9,29	70,82
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		563.00	12.95	23.30	52.20	472.78
Полдник	МОЛОКО	173	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ(диета) гр.Карапузики, Невалюшки	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		223.00	8.87	9.77	39.39	282.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) (диета) гр.Карапузики	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	11,7	11,26	17,25	228,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за ужин 1		510.00	21.79	30.56	46.78	563.59
Итого за день		1881.00	56.73	77.05	227.76	1850.77

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ диета (гр.Крохи)	200	6,98	10,42	25	222,38
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, Любознайки, Крохи	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Малышок, Крепыши, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		870.00	21.41	26.25	103.77	738.17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	198	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крепыши, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		398.00	1.13	0.23	19.84	87.01
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,82	2,67	10,98	83,7
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		678.00	16.25	30.49	64.13	593.99
Полдник	МОЛОКО	192	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Крепыши, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крепыши, Крохи)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		442.00	9.56	10.29	40.36	293.61
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Ладушки, Малышок, Крепыши, Крохи)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	12,02	10,97	18,9	236,95
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,82	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		635.00	25.31	36.60	56.60	674.46
Итого за день		3026.00	73.66	103.86	284.70	2387.24

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()