

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.12.2024						
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
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		360.00	8.13	10.71	45.02	309.12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		102.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ 'МОЗАИКА'	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		574.00	20.27	35.52	56.61	622.39
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		194.00	5.05	4.41	20.28	142.47
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79	35,39
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	119	20,9	10,05	20,77	258,56
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		369.00	24.19	14.50	53.15	434.47
Итого за день		1602.00	58.64	65.34	194.86	1594.45

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.12.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Малышок, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		630.00	9.75	12.43	54.20	367.67
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		399.00	1.13	0.23	19.84	87.01
Обед	САЛАТ 'МОЗАИКА'	58	1,72	4,42	6,09	71,34
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,14	77,26
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		668.00	25.43	46.09	67.72	775.30
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Фантазеры, Малышок, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крохи)	20	2,06	3,96	8,52	78
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		449.00	7.82	8.89	41.68	280.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	146	25,62	12,31	25,45	316,9
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Малышок, Крохи)	80	7,89	7,89	3,19	136
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Малышок, Крохи)	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	36	2,22	0,37	18,94	87,88
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		702.00	42.05	32.38	101.29	805.68
Итого за день		2853.00	86.18	100.02	284.73	2315.77

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()