

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр.Карапузики)	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Карапузики	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		542,00	15,19	13,94	83,61	526,20
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	39	1,68	3,68	2,28	48,8
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	2,02	2,95	5,47	57,6
	ПЛОВ С КУРОЙ	160	15,29	13,95	26,4	294,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		574,00	21,57	21,03	62,64	529,65
Полдник	КЕФИР С САХАРОМ	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50	24	51	96	134
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Карапузики)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		249,00	31,45	55,14	111,71	267,75
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	14,3	10,12	11,17	191,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		408,00	19,72	16,39	62,75	452,70
Итого за день		1876,00	88,33	106,90	330,51	1823,30

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, Любознайки	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Малышок, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1		866,00	19,36	18,97	96,07
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
Обед	САЛАТ 'ДЕРЕВЕНСКИЙ'	39	2,52	5,52	3,42	73,2
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	2,24	3,28	6,08	64
	ПЛОВ С КУРОЙ	200	19,11	17,44	33	368
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		689,00	26,75	26,68	75,80	650,30
Полдник	КЕФИР С САХАРОМ	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Фантазеры, Малышок)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	70	33,6	71,4	134,4	187,6
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		489,00	41,78	75,59	150,95	328,55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	19,07	13,49	14,89	255,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	37	2,22	0,37	19,02	88,06
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		525,00	26,41	22,08	83,51	613,37
Итого за день		2676,00	114,70	143,72	416,13	2278,41

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