

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр.Карпузики, Неваляшки)	149	3,38	4,43	16,5	119,25
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Карпузики	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		577,00	19,29	19,57	85,84	603,81
Завтрак 2	МАНДАРИН	98	0,53	0,13	14,44	60,8
Итого за завтрак 2		98,00	0,53	0,13	14,44	60,80
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	40	0,48	2,07	3,77	35,64
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	РИС ОТВАРНОЙ диета (гр.Карпузики, Неваляшки)	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,29	7,1	8,5	134,89
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		720,00	22,20	23,78	98,01	647,10
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Карпузики)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		215,00	7,46	4,14	27,62	181,90
Ужин 1	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	39	0,64	1,36	2,72	24,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	27	1,76	0,29	15,08	69,85
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		416,00	16,16	8,60	48,30	353,36
Итого за день		2029,00	65,64	56,22	274,21	1846,97

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры)	199	4,5	5,9	22	159
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, Любознайки	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		907,00	22,87	22,67	104,08	719,64
Завтрак 2	МАНДАРИН	103	0,56	0,14	15,2	64
	ЯБЛОКО диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Крохи)	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		203,00	0,96	0,54	25,00	111,00
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ 1-ЫЙ ВАРИАНТ	60	0,72	3,1	5,65	53,47
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	РИС ОТВАРНОЙ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	150	3	3,3	34,05	173,7
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	12,38	9,46	11,33	179,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		920,00	29,26	31,75	131,21	858,57
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Крохи)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		450,00	8,21	4,19	40,37	237,25
Ужин 1	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	57	0,93	1,97	3,94	35,94
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		530,00	21,36	11,36	62,21	458,15
Итого за день		3015,00	82,66	70,51	362,87	2384,61

Исполнитель: _____
 Шеф-повар: _____