

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Карапузики	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ С САХАРОМ диета (гр.Карапузики, Невалюшка)	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		571,00	13,00	14,12	89,91	539,64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		102,00	0,50	0,10	9,90	43,00
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	39	0,44	2,58	2,3	35,02
	СУП РИСОВЫЙ вегет.	180	1,68	3,53	7,34	68,18
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	110	2,25	3,05	20,28	96,69
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		589,00	12,68	30,49	62,26	577,77
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета (гр.Карапузики, Невалюшка)	180	0	0	8,8	35,3
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Карапузики, Невалюшка)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		428,00	10,30	11,03	51,41	353,91
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (гр.Карапузики, Невалюшка)	60	5,92	5,92	2,39	102
	РИС ОТВАРНОЙ диета (гр.Карапузики, Невалюшка)	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		553,00	17,61	18,46	87,58	599,92
Итого за день		2246,00	54,09	74,20	301,06	2114,24

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Фантазеры, Крохи, Малышок)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1		661,00	15,51	16,71	92,56
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	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		396,00	1,13	0,23	19,84	87,01
Обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ, ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	58	0,8	3,9	4	55,2
	СУП РИСОВЫЙ вегет.	200	1,87	3,92	8,16	75,76
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		718,00	15,85	40,27	74,00	731,83
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Фантазеры, Крохи, Малышок)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		488,00	12,27	12,61	53,87	388,62
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	РИС ОТВАРНОЙ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		673,00	21,92	23,34	104,31	733,17
Итого за день		2941,00	66,68	93,16	344,58	2524,42

Исполнитель: _____
 Шеф-повар: _____