

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	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
	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		540.00	14.75	15.98	86.87	549.36
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	192	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		192.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	110	20,92	3,37	42,52	284,06
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		583.00	43.40	38.52	90.57	874.09
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ (диета) гр.Карапузики	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		250.00	10.41	15.21	38.40	345.89
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ (диета) гр.Карапузики	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		518.00	18.57	28.82	45.03	536.16
Итого за день		2086.00	88.13	98.73	280.67	2391.50

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.06.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, Любознайик, Крохи	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, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1		860.00	17.84	19.18	100.24
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		196.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	140	26,62	4,29	54,11	361,53
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		716.00	55.33	51.24	115.64	1132.52
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крохи, Крепыши)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		490.00	12.42	18.46	47.97	426.81
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	59	0,96	2,04	4,08	37,2
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		656.00	23.78	37.09	60.58	696.54
Итого за день		2921.00	110.37	126.17	344.23	2985.69

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()