

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ диета гр.Карапузики	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	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)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		580.00	18.09	19.51	94.64	633.36
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.42	0.42	9.79	47.00
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	МАКАРОНЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ ОТВАРНЫЕ диета гр.Карапузики	110	0,55	1,1	93,5	386,1
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,29	7,1	8,5	134,89
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,26	0,32	17,91	79,08
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15	
Итого за обед		748.00	23.72	24.75	185.53	1060.00
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета гр.Карапузики	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		214.00	7.46	4.14	26.83	178.69
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	41	0,8	3,47	3,02	46,22
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	2,87	10,45	93,37
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		380.00	14.40	10.20	33.75	303.60
Итого за день		2025.00	64.09	59.02	350.54	2222.65

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.06.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ диета (гр. Ладушки, Любознайки, Крохи, Крепыши)	200	2,91	5,83	33,73	198,4
	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, Крохи	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		910.00	21.28	22.60	115.81	759.04
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 ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	59	0,69	3,07	3,16	38,02
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	МАКАРОНЫ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ ОТВАРНЫЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крохи)	150	0,75	1,5	127,5	526,5
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	149	3,79	4,84	39,6	216,37
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,83	8,28	9,91	157,37
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,79	0,4	20,2	98
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98	
Итого за обед		925.00	28.07	30.94	236.63	1343.64
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,03	0	22,23	89,88
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крохи, Крепыши)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		447.00	8.21	4.19	38.78	230.83
Ужин 1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	62	1,1	5,3	4,6	71,4
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,14	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		471.00	18.88	13.62	43.78	395.96
Итого за день		2856.00	76.84	71.75	444.80	2776.47

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