

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.02.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Карапузики	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Карапузики, Невалышка)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		580,00	10,30	7,09	82,43	433,00
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 ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	180	6,12	7,56	7,65	132,75
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Карапузики)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25	
Итого за обед		740,00	21,80	26,85	112,28	785,33
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Карапузики, Невалышка)	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Карапузики)	20	2,06	3,96	8,52	78
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
Итого за полдник		394,00	7,57	4,17	26,87	179,51
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	150	3,84	14	15,32	242,26
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Карапузики)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	30	0,12	0	2,76	11,94
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82	
Итого за ужин 1		565,00	15,20	30,15	57,16	599,63
Итого за день		2382,00	55,29	68,68	288,53	2044,47

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

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.02.2025						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1,6	0,6	23,1	103,9
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, Любознайки	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крохи, Малышок)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		670,00	12,10	9,05	88,68	487,91
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 ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	200	6,8	8,4	8,5	147,5
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	70	8,05	7,61	11,81	154,08
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	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		910,00	26,51	33,66	138,94	983,90
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		434,00	8,19	4,19	27,67	185,89
Ужин 1	КОТЛЕТЫ МОРКОВНЫЕ	200	5,12	18,67	20,42	323,01
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Ладушки, Любознайки)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01	
Итого за ужин 1		705,00	19,24	39,97	69,11	762,57
Итого за день		2824,00	66,44	87,27	334,20	2467,27

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