

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		367,00	9,75	12,80	45,02	334,68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		574,00	16,25	27,99	53,91	528,60
Полдник	МОЛОКО	173	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	28	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		201,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110	16,6	11,07	26	269,96
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		359,00	19,93	15,70	57,20	442,91
Итого за день		1704,00	53,74	62,50	206,80	1596,31

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, Малышок, Фантазеры, Крохи	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Фантазеры, Крохи, Любознайки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1		670,00	14,43	15,83	78,77
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Фантазеры, Любознайки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		400,00	1,13	0,23	19,84	87,01
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Малышок)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Фантазеры)	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за обед		1028,00	24,49	41,48	104,34	877,97
Полдник	МОЛОКО	193	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Любознайки)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПРЯНИКИ	28	1,75	1,38	22,21	108,39
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		441,00	9,54	10,27	40,07	292,20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Ладушки)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	148	22,49	14,99	35,22	365,65
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	36	2,22	0,37	18,94	87,88
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		674,00	37,43	42,59	92,85	896,38
Итого за день		3218,00	87,02	110,40	335,87	2669,35

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()