

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Карапузики)	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	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		549.00	26.37	27.30	111.29	812.60
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	154	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		154.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ вегет.	180	2,8	2,65	7,64	65,83
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (гр.Карапузики)	60	5,92	5,92	2,39	102
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	14,3	10,12	11,17	191,81
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		657.00	28.25	26.92	78.52	616.40
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Карапузики)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		229.00	8.87	9.77	39.39	282.12
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	40	1,07	2,4	4,6	43,47
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		389.00	11.35	20.91	38.21	386.24
Итого за день		1981.00	75.84	85.10	287.21	2183.36

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.06.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12,88	11,75	20,25	253,88
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	8,71	8,71	49,79	311,54
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр.Ладушки, 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 С САХАРОМ диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		859.00	29.31	30.18	139.09	967.93
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ вегет.	200	3,11	2,94	8,49	73,14
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,38	4,77	33,89	109,55
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр.Крохи)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета (гр.Крохи)	80	7,89	7,89	3,19	136
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	71	16,92	11,98	13,22	226,98
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		955.00	38.06	38.48	133.54	968.11
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Крохи)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		449.00	9.43	10.26	50.10	331.81
Ужин 1	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		511.00	15.59	28.32	53.18	528.81
Итого за день		2974.00	93.39	107.44	395.71	2882.66

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