

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	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
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		550.00	16.42	19.30	55.83	464.03
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	145	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		145.00	0.50	0.10	9.89	43.00
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,09	2,95	8,42	68,4
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Карапузики)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		804.00	21.88	32.77	77.26	723.05
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Карапузики)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		220.00	7.12	8.37	32.77	236.52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110	16,6	11,07	26	269,96
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		390.00	20.02	16.36	60.16	458.49
Итого за день		2112.00	65.94	76.90	235.91	1925.09

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	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
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	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		870.00	19.16	22.29	66.94
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,32	3,28	9,36	76
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) диета (гр.Малышок, Крохи)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	73	6,56	1,48	3,6	71,52
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		966.00	26.94	39.97	94.02	881.90
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
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр.Ладушки, Любознайки, Крохи, Крепыши)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		440.00	7.81	8.89	33.74	248.01
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	138	20,83	13,88	32,62	338,67
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета (гр.Ладушки, Малышок, Крохи, Крепыши)	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	45	2,7	0,45	23,13	107,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		673.00	35.68	44.89	83.76	874.34
Итого за день		3148.00	90.59	116.24	298.26	2636.56

Исполнитель: \_\_\_\_\_ ()  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ ()