

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр. Карапузики, Невалюшка)	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	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) гр. Карапузики, Невалюшка	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	19.29	19.57	85.84	603.81
Завтрак 2	МАНДАРИН	51	0,53	0,13	14,44	60,8
	ЯБЛОКО диета (гр. Невалюшка)	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		146.00	0.93	0.53	23.74	105.45
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	179	2,81	3,67	7,27	75,6
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр. Карапузики, Невалюшка)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	59	5,88	3,47	0,48	101,59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		718.00	17.85	20.28	90.04	602.05
Полдник	КЕФИР	175	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр. Карапузики)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		226.00	9.22	5.54	38.21	243.55
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,33	11,77	8,6	189,64
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		420.00	18.45	16.72	54.57	457.55
Итого за день		2093.00	65.74	62.64	292.40	2012.41

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ диета (гр. Ладушки, Любознайки)	200	4,5	5,9	22	159
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ХЛЕБЦЫ (диета) гр. Ладушки, Любознайки	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	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)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1		910.00	22.87	22.67	104.08
Завтрак 2	МАНДАРИН	53	0,56	0,14	15,2	64
	ЯБЛОКО диета (гр. Ладушки, Любознайки, Крохи)	100	0,42	0,42	9,79	47
Итого за завтрак 2		153.00	0.98	0.56	24.99	111.00
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	199	3,12	4,08	8,08	84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета (гр. Ладушки, Любознайки)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	67	6,68	3,94	0,55	115,36
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		906.00	22.63	26.85	121.04	787.43
Полдник	КЕФИР	195	5,99	0,2	7,99	61,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета (гр. Ладушки, Малышок)	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета (гр. Ладушки, Любознайки)	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		446.00	9.95	5.59	39.05	250.75
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	60	0,96	2,04	4,08	37,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	15,41	14,72	10,74	237,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	31	1,86	0,31	15,93	73,78
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		526.00	23.12	21.23	67.47	570.94
Итого за день		2946.00	79.55	76.90	356.63	2439.76

Исполнитель: \_\_\_\_\_()

Шеф-повар: \_\_\_\_\_()