

Меню приготавливаемых блюд Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	146	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	54	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01)	36	1,99	0,36	14,59	70,56
Итого за завтрак 1		450,00	17,48	17,96	54,29	469,08
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		95,00	0,40	0,40	9,80	47,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ `ЛЕТНИЙ`	60	0,9	2,88	2,52	36,24
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ безглютеновые	150	4,22	5,61	30,5	113,74
Итого за обед		920,00	28,98	39,62	104,80	763,79
Полдник	КЕФИР	197	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,03	0	23,82	96,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (диета 01)	51	2,79	0,4	20,2	98
Итого за полдник		263,00	8,81	0,60	52,01	256,24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за ужин 1		471,00	12,78	27,64	36,54	449,93
Итого за день		2202,00	68,45	86,22	257,44	1986,04

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1	0,03	0,04	0,74
		366.00	14.69	17.95	33.00	368.15
Итого за завтрак 1		95	0,4	0,4	9,8	47
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95.00	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день		Соль йодированная	3.00			
Итого за на весь день		40	0,6	1,92	1,68	24,16
Обед	САЛАТ "ЛЕТНИЙ"	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0	0	8,08	32,25
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	599.00	16.43	17.28	55.32	440.03
		178	5,39	0,18	7,19	55,75
Полдник	КЕФИР	15	0,03	0	23,82	96,3
	ПЕЧЕНЬЕ	193.00	5.42	0.18	31.01	152.05
Итого за полдник		40	0,46	2,05	2,11	25,35
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	0,17	0,17	11,58	55,75
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	360.00	9.41	20.48	27.12	334.96
Итого за ужин 1		1616.00	46.35	56.29	156.25	1342.19
Итого за день						

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)

Шеф-повар: _____ (Егорова Е.Г.)