



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	199	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 01.06)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ (диета)	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		791,00	16,91	17,85	115,57	688,98
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за завтрак 2		400,00	1,11	0,23	19,84
На весь день		Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день			5,00			
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	59	0,96	3,06	4,62	49,44
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБЦЫ (диета)	16	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за обед		709,00	20,75	28,00	88,56	699,39
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11	243
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 01.06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН (диета 01.06)	45	4	0,5	24,6	119
Итого за полдник		533,00	14,36	15,00	79,93	531,82
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	27	1,83	0,3	15,67	72,55
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (диета 01.06)	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ХЛЕБЦЫ (диета)	6	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за ужин 1		604,00	18,91	24,12	79,11	628,72
Итого за день		3042,00	72,04	85,20	383,01	2635,73

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)
Шеф-повар: _____ (Егорова Е.Г.)



Меню приготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	149	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета 09)	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		658,00	12,00	14,82	75,70	483,00
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		400,00	1,11	0,23	19,84	86,82
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	39	0,64	2,04	3,08	32,96
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	3,23	3,06	5,61	76,67
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (диета 09)	40	0,47	2,03	6,92	42
Итого за обед		599,00	14,59	23,06	55,72	492,79
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	49	3,31	6,84	21,51	173,57
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА (диета 09)	180	0,1	0,03	0,04	0,74
	БАТОН (диета 09)	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		443,00	10,55	11,63	47,91	351,93
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,1	0,03	0,04	0,74
Итого за ужин 1		414,00	12,05	17,18	31,96	346,45
Итого за день		2517,00	50,30	66,92	231,13	1760,99

Исполнитель: Кладовщик _____ (Мисник А. А.)

Шеф-повар: _____ (Егорова Е.Г.)