

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
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	33	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	34	1,92	0,35	14,08	68,15
Итого за завтрак 1		427,00	17,41	17,85	53,78	466,67
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,04	0,04	0,91
Итого за завтрак 2		280,00	0,52	0,44	9,84	47,91
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	60	0,9	2,68	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	93	10,8	15,33	0	190,25
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,94	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	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
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,04	0,04	0,91
	Итого за обед		1098,00	29,10	39,86	104,84
Полдник	КЕФИР	194	5,99	0,2	7,99	61,94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	35,01	204,81
	БАТОН	38	3	0,5	25,7	119
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	2,76	0,5	20,29	98,22
Итого за полдник		351,00	16,23	4,92	89,99	483,97
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	5,17	286,21
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за ужин 1		469,00	12,78	27,64	36,54	449,93
Итого за день		2628,00	75,04	90,61	294,99	2213,18

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	
31.07.2025						
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
Итого за завтрак 1		366,00	14,69	17,95	33,00	368,15
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	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'	40	0,6	1,62	1,68	24,16
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		599,00	16,43	17,28	55,32	440,03
Полдник	КЕФИР	175	5,39	0,13	7,19	55,75
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		405,00	8,72	2,87	32,95	203,05
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
Итого за ужин 1		360,00	9,41	20,48	27,12	334,96
Итого за день		1833,00	49,65	58,98	158,19	1393,19

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