



Меню приготавливаемых блюд Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	147	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ(диета 09)	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ(диета 09)	30	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за завтрак 1		534.00	16.34	17.48	95.68	601.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	116	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		116.00	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 `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	179	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		573.00	12.94	26.08	51.31	490.63
Полдник	МОЛОКО	174	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	18	1,77	1,4	22,5	109,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ(диета 09)	30	1,68	0,24	13,32	58,8
Итого за полдник		222.00	8.49	6.05	44.19	262.92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	148	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		397.00	16.25	17.71	52.33	441.86
Итого за день		1845.00	54.42	67.72	253.31	1843.99

Исполнитель: Диетсестра  (Щеглова А. С.)

Шеф-повар:  (Егорова Е. Г.)



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	196	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ(диета 06)	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ (диета)(диета 04)	18	1,42	0,25	14,74	66,96
Итого за завтрак 1		820,00	18,99	20,52	113,75	714,83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	116	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 06,08)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		316,00	0,51	0,43	9,84	47,82
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	199	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ХЛЕБЦЫ (диета)(диета 04)	18	1,42	0,25	14,74	66,96
Итого за обед		717,00	17,80	34,58	78,24	689,05
Полдник	МОЛОКО	193	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	32	3,25	2,57	41,25	201,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА(диета 04,06)	200	0,11	0,03	0,04	0,82
	БАТОН(диета 06)	40	2,4	0,4	20,52	95,2
Итого за полдник		465,00	11,36	7,90	71,11	402,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	143	12,36	11,28	19,43	243,66
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,95	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
	ХЛЕБЦЫ (диета)	18	1,42	0,25	14,74	66,96
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ(диета 04,06)	200	4,4	13,61	66,06	406,33
Итого за ужин 1		684,00	22,43	31,96	139,61	946,95
Итого за день		3007,00	71,09	95,39	412,55	2800,77

Исполнитель: Диетсестра Щеглова А. С.
 Шеф-повар: Егорова Е. Г.