

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Чебурашка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка, Солнышко	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		691.00	11,24	15,68	80,15	510,34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100.00	0,50	0,10	9,90	43,00
На	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-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Чебурашка	180	2,59	2,06	13,82	84,24
Итого за обед		762.00	17,79	18,23	93,65	553,60
Полдник	КЕФИР	167	5,39	0,18	7,19	55,75
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за полдник		397.00	8,70	2,87	32,95	202,86
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Солнышко	60	3,01	21,49	0	184,13	
Итого за ужин 1		583.00	11,89	33,53	47,72	591,67
Итого за день		2536.00	50,12	70,41	264,37	1901,47

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.05.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Рябинка, Полянка, Вишенка	180	4,31	5,48	44,8	245,22
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка, Вишенка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		791.00	13,10	18,06	93,12	591,15
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		280.00	0,61	0,13	9,94	43,82
На	Соль йодированная	5	0	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-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Полянка, Рябинка	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ЩИ гр.Яблонька	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		1318.00	25,70	26,89	128,38	779,91
Полдник	КЕФИР	185	5,99	0,2	7,99	61,94
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр. Вишенка- 3 чел, Полянка, Яблонька	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		485.00	10,63	3,95	67,86	364,06
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ гр.Рябинка, Полянка	150	2,92	4,92	15	141,14
КАПУСТА ТУШЕНАЯ гр.Яблонька	150	3,25	3,08	12,67	96,58	
Итого за ужин 1		803.00	14,42	18,90	70,33	609,81
Итого за день		3682.00	64,46	67,93	369,63	2388,75