

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.04.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		355.00	7.57	11.10	40.02	295.39
Завтрак 2	ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за завтрак 2		102.00	0.40	0.40	9.80
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	40	0,71	2,11	5,03	42,04
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,08	0,2	7,96	38,5
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		581.00	18.77	16.30	76.54	534.02
Полдник	ЙОГУРТ	178	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		228.00	9.22	6.50	43.80	260.38
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ	180	21,41	12,24	22,45	285,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		412.00	24.35	14.60	51.76	434.51
Итого за день		1681.00	60.31	48.90	221.92	1571.30

Меню приготавливаемых блюд  
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.04.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр. Рябинка, Полянка, Вишенка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Рябинка, Полянка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
ХЛЕБЦЫ гр.Полянка	10	0,79	0,14	8,19	37,2	
Итого за завтрак 1		780.00	14.32	18.29	101.12	630.96
Завтрак 2	ЯБЛОКО	102	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за завтрак 2		102.00	0.40	0.40	9.80
На	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ "ОСЕННИЙ"	60	1,07	3,16	7,55	63,06
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ гр.Рябинка	80	16,44	15,7	11,46	252,85	
Итого за обед		803.00	40.49	37.07	110.42	941.16
Полдник	ЙОГУРТ	198	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр. Рябинка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
ПЕЧЕНЬ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка- 3 чел, Полянка	50	0,05	0	39,7	160,5	
Итого за полдник		498.00	9.98	7.03	85.74	437.49
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ	200	23,79	13,6	24,95	316,81
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ гр.Вишенка, Березка, Полянка	150	2,92	4,92	15	141,14
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ гр.Вишенка, Березка, Полянка	80	2,51	2,74	2,29	92,57	
Итого за ужин 1		727.00	33.38	24.77	82.08	757.70
Итого за день		2915.00	98.57	87.56	389.16	2814.31