

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	21	1,21	0,2	10,38	48,06
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Чебурашка	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		686,00	11,87	16,79	78,75	513,01
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,83	42,72
Итого за завтрак 2		102,00	0,50	0,10	9,83	42,72
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
	ЩИ СВИНИНА гр.Чебурашка	180	2,09	2,95	3,74	49,68
Итого за обед		752,00	15,01	18,46	65,97	429,19
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за полдник		374,00	5,17	4,44	24,29	159,34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		435,00	8,70	8,31	69,75	417,87
Итого за день		2352,00	41,25	48,10	248,59	1562,13

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Рябинка, Полянка, Вишенка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка, ХЛЕБЦЫ гр.Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Полянка	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		811,00	15,83	19,83	110,67	683,80
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,83	42,72
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		282,00	0,61	0,13	9,87	43,54
На	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	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	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		884,00	16,89	20,03	79,81	491,81
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр. Вишенка- 3 человека, Полянка	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		433,00	7,33	5,21	41,60	244,41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		540,00	10,57	10,97	82,89	512,34
Итого за день		2955,00	51,23	56,17	324,84	1975,90