

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 07.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 3,71 | 4,5 | 16,31 | 121,37 |
| | БАТОН | 18 | 1,17 | 0,2 | 10,06 | 46,57 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 7 | 1,62 | 2,09 | 0 | 25,56 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92 |
| | 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 | | 685.00 | 12.80 | 13.63 | 77.18 | 487.58 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,89 | 43 |
| Итого за завтрак 2 | | 100.00 | 0.50 | 0.10 | 9.89 | 43.00 |
| 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 | 60 | 8,54 | 7,2 | 4,43 | 122,25 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,14 | 0,21 | 8,37 | 40,48 |
| | БАТОН | 18 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(СВИНИНА) гр.Чебурашка | 180 | 4,61 | 3,24 | 13,39 | 101,52 |
| | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ гр.Чебурашка | 59 | 12,33 | 11,77 | 8,6 | 189,64 |
| Итого за обед | | 816.00 | 35.77 | 31.32 | 98.94 | 827.16 |
| Полдник | ЙОГУРТ | 168 | 5,22 | 4,5 | 19,8 | 140,4 |
| | БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ) | 50 | 4 | 2 | 24 | 119,98 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Чебурашка | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| Итого за полдник | | 398.00 | 9.33 | 6.53 | 43.84 | 261.20 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ 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 | 19 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 18 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) гр.Солнышко | 180 | 9,52 | 18,68 | 15,54 | 266,53 |
| Итого за ужин 1 | | 617.00 | 33.95 | 33.31 | 59.71 | 671.21 |
| Итого за день | | 2619.00 | 92.35 | 84.89 | 289.56 | 2290.15 |

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|--------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 07.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ | 200 | 4,96 | 6 | 21,74 | 161,81 |
| | БАТОН | 23 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | СЫР ПОРЦИЯМИ | 13 | 3 | 3,87 | 0 | 47,47 |
| | 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 |
| Итого за завтрак 1 | | 775.00 | 16.48 | 17.87 | 92.88 | 603.73 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 100 | 0,5 | 0,1 | 9,89 | 43 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| Итого за завтрак 2 | | 280.00 | 0.61 | 0.13 | 9.93 | 43.82 |
| 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 | 80 | 11,39 | 9,6 | 5,9 | 163 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 28 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 18 | 1,2 | 0,2 | 10,28 | 47,6 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ гр.Полянка, Рябинка | 80 | 16,44 | 15,7 | 11,46 | 252,85 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| Итого за обед | | 975.00 | 40.60 | 37.10 | 110.46 | 941.98 |
| Полдник | ЙОГУРТ | 187 | 5,8 | 5 | 22 | 156 |
| | БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ) | 50 | 4 | 2 | 24 | 119,98 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Рябинка, Полянка | 200 | 0,13 | 0,03 | 0,04 | 1,01 |
| | ПЕЧЕНЬ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр. Вишенка- 3 чел, Полянка, Березка | 50 | 0,05 | 0 | 39,7 | 160,5 |
| Итого за полдник | | 487.00 | 9.98 | 7.03 | 85.74 | 437.49 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60 | 0,9 | 3 | 3,9 | 47,9 |
| | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 23,79 | 13,6 | 24,95 | 316,81 |
| | СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр.Яблонька | 200 | 10,21 | 24,13 | 6,17 | 286,21 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 19 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | БАТОН | 31 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) гр.Вишенка, Полянка, Березка, Яблонька | 200 | 10,57 | 20,76 | 17,26 | 296,15 |
| Итого за ужин 1 | | 890.00 | 48.80 | 62.03 | 79.11 | 1070.39 |
| Итого за день | | 3412.00 | 116.47 | 124.16 | 378.12 | 3097.41 |