

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Группа м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.05.2025						
Завтр ак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	17	1,21	0,2	10,4	48,17
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		352.00	8.71	11.08	43.35	307.18
Завтр ак 2	ЯБЛОКО	115	0,38	0,38	9,31	44,67
	СОК (фруктовый/овощной)	106	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		221.00	0.88	0.48	19.21	87.67
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	37	0,64	2,04	3,08	32,96
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	180	9,52	18,68	15,54	266,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед	582.00	19.46	24.54	55.21	518.62
Полдн ик	КЕФИР	169	5,39	0,18	7,19	55,75
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	51	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		220.00	8.07	1.19	45.42	199.11
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	17	1,21	0,2	10,4	48,17
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		405.00	11.68	13.10	27.12	290.28
Итого за день		1783.00	48.80	50.39	190.31	1402.86

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Группа м пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.05.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	21	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 ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ -гр.Солнышко, Березка	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ -гр.Вишенка-2чел,Ромашка, Солнышко	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр.Вишенка, Березка, Солнышко-2чел	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		986.00	26.75	29.59	136.26	917.02
Завтрак 2	ЯБЛОКО	121	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	106	0,5	0,1	9,9	43
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Яблонька	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		407.00	0.90	0.50	28.50	125.30
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	57	0,96	3,06	4,62	49,44
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	21	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр.Вишенка	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Яблонька	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за обед		1065.00	25.35	30.44	92.39
Полдник	КЕФИР	188	5,99	0,2	7,99	61,94
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	72	3,75	1,41	53,52	200,71
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА-гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Яблонька, Ромашка	50	0,05	0	39,7	160,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр. Березка, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		510.00	9.92	1.64	101.25	424.16
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	29	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ -гр.ВИШЕНКА, Солнышко, Березка	200	10,21	24,13	6,17	286,21
Итого за ужин 1		646.00	23.62	38.78	46.65	650.05
Итого за день		3617.00	86.54	100.95	405.05	2859.22