

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.04.2024						
Завтрак 1	ПАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,77	75,53
	СЫР ПОРЦИЯМИ гр.Солнышко	13	3	3,87	0	47,47
Итого за завтрак 1		386.00	15.56	18.34	36.97	377.15
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	102	0,5	0,1	9,89	43
Итого за завтрак 2		102.00	0.50	0.10	9.89	43.00
На обед	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	40	0,64	1,36	2,72	24,8
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Солнышко	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за обед		655.00	12.85	32.90	50.46	556.57
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН гр.Солнышко	22	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		216.00	6.26	4.61	34.53	206.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		402.00	25.04	15.02	41.74	397.76
Итого за день		1764.00	60.21	70.97	173.59	1580.60

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.04.2024						
Завтрак 1	ПАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	28	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр. Полянка, Рябинка, Вишенка, Березка	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	СЫР ПОРЦИЯМИ гр.Яблонька,Вишенка	20	4,62	5,96	0	73,03
Итого за завтрак 1		853.00	23.26	27.55	88.24	695.48
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	101	0,5	0,1	9,86	42,86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за завтрак 2		281.00	0.61	0.13	9.90
На обед	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	58	0,96	2,04	4,08	37,2
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ гр.Яблонька	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		1056.00	17.33	19.05	75.94	620.37
Полдник	МОЛОКО	200	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
	БАТОН гр.Вишенка 2 чел	34	1,85	0,31	15,89	73,56
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр. Полянка, Вишенка, Яблонька, Березка	21	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		469.00	7.63	5.24	64.93	339.87
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	151	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Полянка, Рябинка, Вишенка Березка	130	3,11	3,96	32,35	177,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр.Полянка, Рябинка, Вишенка Березка	80	7,89	7,89	3,19	136
	Итого за ужин 1		669.00	40.66	29.71	91.91
Итого за день		3333.00	89.49	81.68	330.92	2510.08