

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	25	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
Итого за завтрак 1		400,00	13,04	14,87	39,33	344,78
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,81	42,65
	ЯБЛОКО	125	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		233,00	0,90	0,50	19,61	89,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		591,00	12,64	11,04	51,35	388,03
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	21	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		201,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400,00	15,18	16,30	38,40	373,31
Итого за день		1828,00	48,57	48,52	179,56	1399,89

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	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	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ- гр. Вишенка, Березка	180	5,06	6,73	36,6	136,49
	ЛАПША МОЛОЧНАЯ БЕЗ ГЛЮТЕНА - гр. Ромашка, Яблонька-2чел	200	4,7	4,9	16	125,8
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАИ БЕЗ САХАРА- гр. Вишенка, Березка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	СЫР ПОРЦИЯМИ- гр.Яблонька-2чел, Вишенка, Березка, Ягодка	13	3	3,87	0	47,47
Итого за завтрак 1		1073.00	28.21	32.03	105.73	734.27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	108	0,5	0,1	9,81	42,65
	ЯБЛОКО	124	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАИ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька, Березка, Ромашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		412.00	1.01	0.53	19.65	90.47
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	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
	ЧАИ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за обед		911.00	18.35	15.57	73.48	558.54
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	36	3	2,37	38,08	185,82
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА- гр. Ромашка, Яблонька-2чел	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАИ БЕЗ САХАРА- гр. Вишенка, Березка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		466.00	8.76	7.30	71.24	387.93
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАИ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ гр.Ромашка	60	1	4,1	4,5	58,9
	ХЛЕБЦЫ - гр. Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ- гр. Вишенка, Березка	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ- гр. Вишенка, Березка	80	7,89	7,89	3,19	136
Итого за ужин 1		756.00	30.16	34.63	106.35	799.35
Итого за день		3621.00	86.49	90.06	376.45	2570.56