

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	15	1,18	0,2	10,14	46,97
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		352,00	9,12	9,04	39,83	282,82
Завтрак 2	ЯБЛОКО	124	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	99	0,5	0,1	9,93	43,15
Итого за завтрак 2		223,00	0,90	0,50	19,73	90,15
На весь	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	31	1,1	0,2	8,05	38,95
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		586,00	18,79	16,30	76,63	534,47
Полдник	ЙОГУРТ	182	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
Итого за полдник		232,00	9,22	6,50	43,80	260,38
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		415,00	10,79	6,69	43,64	309,29
Итого за день		1811,00	48,82	39,03	223,63	1477,11

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.03.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	19	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 ПШЕННАЯ С МАСЛОМ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	20	1,58	0,28	16,38	74,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка, Солнышко	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		832,00	22,04	21,84	103,74	706,59
Завтрак 2	ЯБЛОКО	124	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	99	0,5	0,1	9,93	43,15
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Яблонька, Ромашка	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		423,00	0,90	0,50	29,51	129,36
На весь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
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	48	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ гр.Ромашка	60	0,9	3	3,9	47,9
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Яблонька, Ромашка	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за обед		993,00	26,53	24,65	128,04	845,91
Полдник	ЙОГУРТ	201	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА "ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ" (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ПЕЧЕНЬ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		301,00	9,85	7,00	85,70	436,48
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,45	0,24	12,45	57,67
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	МЯСО СВИНИНЫ ОТВАРНОЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ гр.Вишенка	80	5,84	16,32	4,16	179,36
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	20	1,58	0,28	16,38	74,4
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Вишенка	180	0	0	8,8	35,3
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ гр.Вишенка, Солнышко, Ромашка, Яблонька	80	16,44	8,84	5,44	167,45
	Итого за ужин 1		1034,00	40,89	37,44	99,90
Итого за день		3586,00	100,21	91,43	446,89	3057,71