

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Пр ие м	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.03.2025						
Зав тра к 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	22	1,18	0,2	10,1	46,75
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
Итого за завтрак 1		367,00	17,30	22,11	45,47	466,77
Зав тра к 2	ЯБЛОКО	92	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,83	42,73
Итого за завтрак 2		196,00	0,90	0,50	19,63	89,73
На вес ь ден ь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	Итого за на весь день		3,00			
Об ед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	40	0,61	2,58	2,75	37,96
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	53	5,88	3,47	0,48	101,59
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		591,00	16,15	16,53	56,79	442,07
По л д н и к	ЙОГУРТ	182	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		202,00	5,24	4,50	35,68	204,60
Уж ин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	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		422,00	14,38	9,07	26,50	262,63
Итого за день		1781,00	53,97	52,71	184,07	1465,80

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Пр ие м	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
27.03.2025						
Зав тра к 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,78	3,31	3,25	46,29
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	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		625,00	20,13	22,12	71,34	585,30
Зав тра к 2	ЯБЛОКО	92	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	104	0,5	0,1	9,83	42,73
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Ромашка, Яблоньк	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		396,00	0,90	0,50	29,41	128,94
На вес ь ден ь	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	Итого за на весь день		3,00			
Об ед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	60	0,89	3,9	4	56,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	70	10,8	15,33	0	190,25
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	2,79	0,4	20,2	98
	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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ гр.Вишенка-2чел, Ромашка, Солнышко	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Вишенка-2чел, Солнышко	80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Ромашка, Яблоньк	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за обед		1431,00	36,93	73,99	128,52
По л д н и к	ЙОГУРТ	203	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	160,5
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		303,00	5,90	5,00	101,40	477,00
Уж ин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ гр Ромашка	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	окружающий мир страница 80-83 читать!	20	1,58	0,28	16,38	74,4
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ гр.ромашка	60	0,9	3	3,9	47,9
Итого за ужин 1		733,00	24,94	18,56	69,38	572,45
Итого за день		3491,00	88,80	120,17	400,05	2954,66