

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	28	1,83	0,3	15,64	72,43
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,4	2,03	11,77	75,53
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		373,00	13,66	14,55	45,95	372,50
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,85	42,79
	ЯБЛОКО	117	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		220,00	0,90	0,50	19,65	89,79
На весь день	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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	9,88	3,97	3,61	90,28
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		604,00	18,41	14,99	68,62
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	28	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		208,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	40	11,36	23,87	0,67	250,93
	БАТОН	18	1,17	0,2	10,06	46,57
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		400,00	16,52	31,74	32,24	473,40
Итого за день		1803,00	56,30	67,59	197,33	1634,47

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.03.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	32	2,09	0,35	17,88	82,78
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ- гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	6	1,58	0,28	16,38	74,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ гр.Солнышко, Вишенка	20	4,62	5,96	0	73,03
Итого за завтрак 1		883,00	30,43	31,68	112,39	861,26
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,85	42,79
	ЯБЛОКО	117	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Яблонька и Ромашка	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		420,00	0,90	0,50	29,43	129,00
На весь день	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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,28	4,19	34,32	187,52
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	13,17	5,3	4,81	120,37
	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	180	0	0	9,7	38,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ гр.Ромашка	60	0,9	3	3,9	47,9
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр.Вишенка	50	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Ромашка, Яблонька	180	0	0	8,8	35,3
Итого за обед		1146,00	31,47	54,30	130,71	1119,25
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	47	2,97	2,35	37,77	184,31
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		327,00	8,65	7,25	110,59	545,91
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	15,14	31,82	0,89	334,57
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	ХЛЕБЦЫ гр.Вишенка-2чел, Солнышко, Ромашка, Яблонька	6	1,58	0,28	16,38	74,4
	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ гр.Ромашка	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	ЧАЙ С САХАРОМ гр.Вишенка	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		718,00	25,03	43,40	74,51	778,92
Итого за день		3497,00	96,48	137,13	457,63	3434,34