

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.07.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		362.00	8.13	10.71	45.02	309.12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.50	0.10	9.90	43.00
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	37	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		578.00	20.40	36.52	52.11	613.57
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		211.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,46	2	3,79	35,39
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	33	1,83	0,31	15,71	72,72
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		403.00	18.99	17.58	57.11	455.18
Итого за день		1657.00	54.83	70.72	195.01	1624.99

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценнос ть
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.07.2025						
Завтра к 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ- гр. Вишенка, Березка-2 чел	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА- гр. Вишенка, Березка-2 чел	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ -гр.Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
Итого за завтрак 1		822.00	14.84	18.04	107.26	650.08
Завтра к 2	СОК (фруктовый/овощной)	100	0,5	0,1	9,9	43
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА-гр. Яблонька, Березка, Ромашка	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		280.00	0.61	0.13	9.94	43.82
На	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	54	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр.Яблонька	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		881.00	26.43	48.28	64.60	786.83
Полдни к	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА- гр. Вишенка, Березка-2 чел	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА -гр.Ромашка, Яблонька-2чел	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		486.00	9.01	7.50	74.41	403.41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3	5,7	53,1
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	40	2,18	0,36	18,65	86,55
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-гр.Вишенка, Березка	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ-гр.Вишенка, Березка	80	16,44	8,84	5,44	167,45
	ХЛЕБЦЫ -гр.Ромашка, Яблонька-2чел	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ С САХАРОМ- гр. Вишенка, Березка-2 чел	180	0	0	8,8	35,3
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ гр.Ромашка	60	1	4,1	4,5	58,9
Итого за ужин 1		960.00	43.90	38.33	132.09	1039.08
Итого за день		3432.00	94.79	112.28	388.30	2923.22