



Е.А. Воронкова

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	31	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		366.00	8.47	12.25	43.79	319.29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЦИ	40	0,49	3,03	2,49	40,66
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0	10,73	44,63
	Итого за обед		570.00	14.92	16.47	41.59
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПАСТИЛА	20	0,1	0	16,16	62
Итого за полдник		198.00	5.14	4.41	24.53	156.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88	39,2
	БАТОН	37	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		527.00	19.30	29.51	47.49	555.93
Итого за день		1864.00	48.83	62.84	177.20	1515.82

Исполнитель: Бикон ()
Шеф-повар: Кочур ()



Е.А. Воронкова

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.05.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ диета	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	31	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		866.00	20.77	23.90	124.65	797.54
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		400.00	1.00	0.20	29.58	125.21
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С	60	0,74	4,54	3,73	61
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	РИС ОТВАРНОЙ диета	150	3	3,3	34,05	173,7
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,4	0,2	11,1	49
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0	12,87	53,55
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,29
Итого за обед		1025.00	22.20	24.84	94.86	718.07
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	ПАСТИЛА	20	0,1	0	16,16	62
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		453.00	7.77	8.86	55.67	332.16
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79	49
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,33	0,19	10,56	46,63
	БАТОН	44	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		657.00	24.07	38.00	57.53	696.17
Итого за день		3406.00	75.81	95.80	362.29	2669.15

Исполнитель: Бунчук ()
 Шеф-повар: Колесник ()