



Е.А. Воронкова

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		366.00	9.75	12.80	45.02	334.68
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 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ	40	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
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	59	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		574.00	16.25	27.99	53.91	528.60
Полдник	МОЛОКО	160	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		190.00	6.81	5.81	30.87	204.12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	109	13,04	10,34	21,8	229,7
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
Итого за ужин 1		357.00	16.37	14.97	53.00	402.65
Итого за день		1690.00	50.18	61.77	202.60	1556.05

Исполнитель: Бижех ( )

Шеф-повар: Кокоф ( )



Е.А. Воронкова

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием лиц	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.05.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	24	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
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		669.00	14.30	15.80	88.51	553.99
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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ	59	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
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	79	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за обед		878.00	20.78	36.88	75.77	708.00
Полдник	МОЛОКО	178	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛУТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		428.00	9.43	10.26	50.10	331.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	143	17,08	13,55	28,57	301,04
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	80	7,89	7,89	3,19	136
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	49	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	1,85	0,31	15,78	73,23
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		692.00	32.56	32.79	106.30	861.32
Итого за день		3072.00	78.07	95.93	350.26	2580.33

Исполнитель: Корова ( )

Шеф-повар: Корова ( )