



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ диета	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
	<u>ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)</u>	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	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		899.00	21.77	22.08	104.81	706.07
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 БЕЛОКОЧАННОЙ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	75	12,66	5,1	4,63	115,74
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,22	0,32	17,62	77,77
	БАТОН	29	1,83	0,31	15,69	72,65
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		785.00	24.58	20.99	79.19	636.58
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	200	0	0	9,78	39,21
	ПЕЧЕНЬЕ	28	0,03	0	22,23	89,88
Итого за полдник		426.00	5.63	4.90	41.31	233.89
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С	60	0,69	4	5,5	61
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ диета	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета	80	7,89	7,89	3,19	136
	СОУС-СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		704.00	41.76	32.64	89.29	772.27
Итого за день		3219.00	94.74	80.81	344.18	2474.02

Исполнитель: Беркова ()
Шеф-повар: Кокор ()



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.02.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		399.00	13.04	14.87	39.33	344.78
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
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	59	9,88	3,97	3,61	90,28
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,2	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		648.00	18.16	15.79	59.93	473.56
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,01	0	11,12	44,94
Итого за полдник		193.00	5.05	4.41	19.49	139.26
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	30	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		399.00	24.79	15.11	40.16	401.78
Итого за день		1742.00	61.54	50.28	168.81	1402.38

Исполнитель: Велкова
Шеф-повар: Рожков