



Е.А. Воронков

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ диета	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	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
	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	809.00	18.71	21.61	114.81	729.17
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	60	0,74	4,54	3,73	61
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	190	2,96	3,88	7,68	79,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед	690.00	16.44	20.47	51.87	501.63	
Полдник	МОЛОКО	197	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 БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник	447.00	9.43	10.26	50.10	331.81	
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	60	1,72	4,42	6,09	71,34
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,88	39,2
	БАТОН	34	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	643.00	23.98	39.39	58.15	711.08	
Итого за день	2792.00	69.56	91.93	294.73	2359.69	

Исполнитель:

Шеф-повар:

Жуков ()
Колес ()



Е.А. Воронкова

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.05.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	24	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
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		539.00	8.47	12.25	52.59	354.59
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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С	40	0,49	3,03	2,49	40,66
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,34	3,06	6,06	63
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		540.00	12.40	15.30	39.22	378.97
Полдник	МОЛОКО	177	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ диета	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		371.00	5.06	4.41	33.05	193.82
Ужин 1	САЛАТ "МОЗАИКА"	40	1,15	2,95	4,06	47,56
	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	29	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		519.00	19.38	30.46	49.02	570.82
Итого за день		2072.00	45.81	62.52	183.78	1541.20

Исполнитель: Борисов ()
Шеф-повар: Колес ()