



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	149	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	26	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		360.00	8.47	12.25	43.79	319.29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	103	0,5	0,1	9,85	42,79
Итого за завтрак 2		103.00	0.50	0.10	9.85	42.79
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	179	3,15	4,95	6,12	90,45
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	59	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		572.00	11.71	21.38	50.56	462.25
Полдник	МОЛОКО	131	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,6	3	27,2	152
Итого за полдник		181.00	8.64	7.41	35.57	246.32
Ужин 1	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	38	0,64	1,36	2,72	24,8
	ОМЛЕТ	130	7,48	8,78	4,45	142,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		415.00	11.71	10.71	35.95	298.07
Итого за день		1634.00	41.03	51.85	175.72	1368.72

Исполнитель: Торубе ()
 Шеф-повар: Кенеш ()



Менюготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	199	5,39	7,22	22,35	175,55
	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ диета	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	26	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 БЕЗ САХАРА диета	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		860.00	20.90	23.93	114.91	759.34
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	193	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		393.00	1.13	0.23	19.84	87.01
Обед	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	198	3,2	5,09	6,48	95,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	79	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		698.00	14.65	26.76	65.80	586.99
Полдник	МОЛОКО	146	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА '	70	5,04	4,2	38,08	212,8
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ диета	20	2,06	3,96	8,52	78
Итого за полдник		436.00	12.83	13.09	55.94	396.61
Ужин 1	САЛАТ 'ЗДОРОВЬЕ'	55	0,91	1,93	3,87	35,28
	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	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		672.00	23.66	36.81	46.52	628.73
Итого за день		3064.00	73.17	100.82	303.01	2458.68

Исполнитель: _____

Шеф-повар: _____

Болотова
Колпа