

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
10.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	11.03.2025				
	БАТОН	200	4,5	5,9	22	159
	СЫР ПОРЦИЯМИ	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	13	3	3,87	0	47,47
Итого за завтрак 1		180	0	0	8,8	35,3
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	418.00	9.00	10.02	43.65	301.27
	ЯБЛОКО	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		100	0,4	0,4	9,8	47
На весь день	Соль йодированная	300.00	1.40	0.60	29.60	133.00
	ХЛЕБЦЫ (диета)	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		30	2,37	0,42	24,57	111,6
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
	ЩИ	59	3	4,5	4,12	69
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	7,89	7,89	3,19	136
	БАТОН	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за обед		180	0,34	0	14,64	58,98
Полдник	СНЕЖОК	734.00	21.23	21.76	96.52	587.68
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	200	5,6	5	22	154
Итого за полдник		65	3,75	1,41	53,52	200,71
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	265.00	9.35	6.41	75.52	354.71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	БАТОН	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	10	0,6	0,1	5,14	23,8
Итого за ужин 1		180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за день		2262.00	55.32	59.17	318.60	1970.39

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
10.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	11.03.2025				
	БАТОН	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	СЫР ПОРЦИЯМИ	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	8	1,85	2,38	0	29,21
Итого за завтрак 1		180	0	0	8,8	35,3
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	363.00	6.73	7.06	38.15	243.26
	ЯБЛОКО	150	0,75	0,15	14,85	64,5
Итого за завтрак 2		95	0,4	0,4	9,3	44,65
На весь день	Соль йодированная	245.00	1.15	0.55	24.15	102.15
		3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	39	2	3	2,75	46
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Итого за обед		579.00	15.47	16.26	68.83	426.32
Полдник	СНЕЖОК	180	5,04	4,5	19,8	138,6
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	47	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		47	2,68	1,01	38,23	143,36
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	227.00	7.72	5.51	58.03	281.96
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	БАТОН	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		400.00	8.71	13.89	37.30	335.72
Итого за день		1817.00	39.78	43.27	226.46	1396.41

Исполнитель: Медсестра (Широких Е.Н.)
Шеф-повар: (Матюнина Н.А.)