

Обед САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ

40 2 3 2,75 46
Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
18.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи		Наименование блюда	21.04.2025	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1		КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ		148	4,25	3,96	24,42	149,98
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)		40	5,08	4,36	0,3	62,8
		БАТОН		20	1,5	0,25	12,85	59,5
		МАСЛО ПОРЦИЯМИ		5	0,05	4,15	0,05	37,5
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		177	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1				390.00	13.76	15.15	51.75	400.41
Завтрак 2		АПЕЛЬСИН		70	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2				70.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день		Соль йодированная		3	0	0	0	0
Итого за на весь день				3.00				
Обед		САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ		40	2	3	2,75	46
		СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ		176	3,15	4,95	6,12	90,45
		МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		110	3,09	4,11	22,37	83,41
		КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ		58	4,22	15,6	4,88	170,72
		СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ		29	0,53	2,55	1,7	31,98
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		40	2,24	0,32	17,76	78,4
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		148	0	0	8,08	32,25
Итого за обед				601.00	15.23	30.53	63.66	533.21
Полдник		МОЛОКО		149	4,2	3,68	6,98	78,6
Итого за полдник				49	3,2	2,66	25,72	146,29
Ужин 1		САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		198.00	7.40	6.34	32.70	224.89
		ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ		39	0,47	2,03	6,92	42
		СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ		125	10,57	9,64	25,63	252,57
		БАТОН		49	0,2	0	4,6	19,9
		ЧАЙ БЕЗ САХАРА		28	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1				180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за день				421.00	13.45	12.05	55.18	398.59
				1683.00	50.73	64.27	211.39	1600.10

Исполнитель: Медсестра

Шеф-повар:

(Широких Е. Н.)

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

Заведующий (Смышляева Т.Ю.)
18.04.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	158	4,53	4,22	26,05	159,98
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
		419.00	14.36	15.68	54.95	420.48
Итого за завтрак 1		70	0,89	0,2	8,1	43
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	70.00	0.89	0.20	8.10	43.00
Итого за завтрак 2		5	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ХЛЕБЦЫ (диета)	35.00	2.37	0.42	24.57	111.60
Итого за на весь день		60	3	4,5	4,12	69
Обед	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА С ЯЙЦОМ	196	3,2	5,09	6,48	95,6
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	78	5,63	20,8	6,51	227,63
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	45	2,48	0,45	18,22	88,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	177	0	0	9,7	38,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	755.00	19.41	40.70	78.37	686.17
Итого за обед		179	5,04	4,41	8,37	94,32
Полдник	МОЛОКО	49	3,2	2,66	25,72	146,29
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	228.00	8.24	7.07	34.09	240.61
Итого за полдник		59	0,7	3,05	10,38	63
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	144	12,2	11,12	29,57	291,43
	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОРКОВЬЮ	49	0,2	0	4,6	19,9
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	36	2,7	0,45	23,13	107,1
	БАТОН	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	148	3,3	10,21	49,55	304,75
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ		616.00	19.21	24.86	117.27	787.00
Итого за ужин 1		2123.00	64.48	88.93	317.35	2288.86
Итого за день						

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