

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	141	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	171	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		339.00	8.47	12.25	43.79	319.29
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.79	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	118	2,53	3,13	11,4	101,86
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	55	12,33	11,77	8,6	189,64
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,12	0,16	8,8	39,2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		588.00	19.63	20.93	56.58	512.50
Полдник	КЕФИР	150	4,49	0,15	5,99	46,46
	ПЕЧЕНЬЕ	14,85	0,01	0	11,79	47,67
Итого за полдник		164.85	4.50	0.15	17.78	94.13
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	ОМЛЕТ	137	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	26	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		376.00	13.46	15.88	43.43	385.60
Итого за день		1670.85	47.06	49.41	181.37	1397.52

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.03.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	189	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	22	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	191	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		407.00	10.14	14.32	50.95	373.25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	89	0,4	0,4	9,91	47,53
Итого за завтрак 2		89.00	0.40	0.40	9.91	47.53
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	148	3,17	3,92	14,25	127,33
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	74	16,44	15,7	11,46	252,85
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		715.00	25.76	27.29	72.37	661.56
Полдник	КЕФИР	185	5,57	0,19	7,43	57,58
	ПЕЧЕНЬЕ	14,85	0,01	0	11,79	47,67
Итого за полдник		199.85	5.58	0.19	19.22	105.25
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	ОМЛЕТ	137	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	30	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		430.00	14.43	18.53	48.59	434.32
Итого за день		1845.85	56.31	60.73	201.04	1621.91

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