

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
02.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	149	3,53	3,68	12	94,35
	МАКАРОНЫ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ОТВАРНЫЕ(диета)Гр.№11					
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ С	150	0	0	7,33	29,41
	САХАРОМ(диета)Гр.№11					
Итого за завтрак 1		697,00	17,26	20,48	77,16	487,93
Завтрак 2	ЯБЛОКО	94	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		94,00	0,40	0,40	9,30	44,65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	38	0,21	1,98	3,11	29,49
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		586,00	19,92	20,01	54,20	492,85
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ЧАЙ С САХАРОМ(диета)Гр.№11	150	0	0	7,33	29,41
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		359,00	5,07	4,41	39,52	220,03
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	128	22,66	10,89	22,51	280,29
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ(диета)Гр.№11					
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		596,00	35,25	39,15	47,91	683,97
Итого за день		2335,00	77,90	84,45	228,09	1929,43
Среднее значение за период		2335,00	77,90	84,45	228,09	1929,43

Исполнитель: Василь _____

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
02.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)Гр.№12	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		497,00	16,90	16,78	69,47	497,90
Завтрак 2	ЯБЛОКО	99	0,4	0,4	9,8	47
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА(диета)Гр.№3;№12	200	0,51	0	13,2	56,3
Итого за завтрак 2		299,00	0,91	0,40	23,00	103,30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	58	0,31	2,97	4,67	44,23
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА(диета)Гр.№3;№12	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБЦЫ (диета)Гр.№12	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		925,00	29,68	27,64	107,00	824,96
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		229,00	5,63	4,90	33,12	201,10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	148	26,15	12,56	25,97	323,41
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)					
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		450,00	29,66	17,86	56,37	497,58
Итого за день		2403,00	82,78	67,58	288,96	2124,84
Среднее значение за период		2403,00	82,78	67,58	288,96	2124,84

Исполнитель: Василь _____