

УТВЕРЖДАЮ
(Гаватских Е.С.)
05.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

При ем пищ	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	углево	
06.06.2025						
Завт рак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		429.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завт	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обе д	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	60	1,6	3,6	6,9	65,2
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	199	1,82	3,73	7,27	78,27
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) диета гр.4	80	4,02	28,65	0	245,51
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	21	1,31	0,22	11,24	52,06
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		824.00	21.84	44.75	96.77	776.34
Пол дни	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		269.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужи н 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13,44	4,88	3,56	116
	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		502.00	19.57	12.45	39.76	376.09
Итого за день		2224.00	63.13	83.93	248.60	1949.56

УТВЕРЖДАЮ

(Главатских Е.С.)

05.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

при ем пищ	Наименование блюда	Вес блюда	Категория: Ясли			Эн.цен ность
			Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углев	
06.06.2025						
Зав трак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	24	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		359.00	8.73	10.54	45.22	311.87
Зав	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,89	77,71
Итого за завтрак 2		178.00	0.90	0.18	17.89	77.71
Обе д	САЛАТ "ЗИМНИЙ"	40	1,07	2,4	4,6	43,47
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	179	1,64	3,35	6,55	70,45
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ сливочным	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	16	1,01	0,17	8,66	40,08
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
Итого за обед		605.00	13.66	12.60	74.42	417.69
Пол дни	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	49	3,31	6,84	21,51	173,57
Итого за полдник		229.00	8.35	11.25	29.88	267.89
Ужи н 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		424.00	14.72	9.25	29.57	281.61
Итого за день		1798.0	46.36	43.82	196.9	1356.7