

УТВЕРЖДАЮ
Гладатских Е.С.
 15.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Три ем рши	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углев	
16.04.2025						
Зав трак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	179	5,16	4,46	21,82	148,98
	БАТОН	25	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	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		449.00	14.99	15.92	50.72	409.48
Зав	АПЕЛЬСИН	116	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		116.00	0.89	0.20	8.10	43.00
Обе д	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	199	3,64	5,19	10,76	102,8
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	62	1,95	2,12	1,77	71,74
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета гр.4,8	80	7,89	7,89	3,19	136
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		830.00	20.98	30.76	73.22	733.28
Пол дни	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		220.00	5.62	4.90	25.18	169.00
Ужи н 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С	60	0,7	3,05	10,38	63
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	145	21,28	12,6	22,82	293,93
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ диета гр.8	200	12,61	12,13	6,17	202,21
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		650.00	37.40	30.03	59.39	670.31
Итого за день		2268.0	79.88	81.81	216.6	2025.0

УТВЕРЖДАЮ

Глова (Главатских Е.С.)

15.04.2025

Меню приготовления блюд

Категория: Ясли

Три ем	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Эн.цен ккал
			Белки	Жиры	Углевод	Вода	
16.04.2025							
Завт рак 1	КАШИ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63	
Итого за завтрак 1		399,00	13,81	14,90	45,52	374,67	
Завт	АПЕЛЬСИН	111	0,79	0,16	7,28	38,58	
Итого за завтрак 2		111,00	0,79	0,16	7,28	38,58	
Обе д	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,47	3,02	46,22	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	179	3,28	4,67	9,68	92,52	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93	
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43	
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2	
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25	
Итого за обед		638,00	11,23	19,40	58,17	505,25	
Пол дни	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2	
Итого за полдник		200,00	5,06	4,41	24,25	158,52	
Ужи н 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С	40	0,47	2,03	6,92	42	
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	119	17,48	10,35	18,74	241,48	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05	
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82	
Итого за ужин 1		389,00	19,86	14,48	37,97	358,95	
Итого за день		1740,0	50,75	53,35	173,1	1435,97	