

УТВЕРЖДАЮ
 (Главатских Е.С.)
 17.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прим. пищ. | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|--------------------|---|-----------|------------------|-------|--------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углево | |
| 18.04.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 200 | 5,39 | 7,22 | 22,35 | 175,55 |
| | БАТОН | 25 | 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 | | 430.00 | 10.14 | 14.32 | 50.95 | 373.25 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 198 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | 198.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 | 86.00 |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 59 | 1 | 5,07 | 3,03 | 57 |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,3 | 2,69 | 9,98 | 73,6 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,17 | 3,92 | 14,25 | 127,33 |
| | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ | 80 | 5,83 | 17,37 | 9,03 | 212,46 |
| | МЯСО ОТВАРНОЕ диета ГР.8 | 80 | 6,34 | 11,25 | 0 | 146,56 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 781.00 | 20.32 | 40.54 | 59.31 | 714.45 |
| Полдник | МОЛОКО | 162 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 70 | 4,48 | 3,72 | 36,01 | 204,81 |
| Итого за полдник | | 232.00 | 10.08 | 8.62 | 45.31 | 309.61 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ | 60 | 3,18 | 10,23 | 9,34 | 141,92 |
| | ОМЛЕТ | 150 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С ГОВЯДИНОЙ диета 8,9 | 200 | 12,61 | 12,13 | 6,17 | 202,21 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 31 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 34 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 180 | 0,11 | 0,03 | 0,04 | 0,82 |
| Итого за ужин 1 | | 655.00 | 28.31 | 33.11 | 51.99 | 651.18 |
| Итого за день | | 2299.00 | 69.85 | 96.79 | 227.36 | 2134.4 |

УТВЕРЖДАЮ
Игорь
 (Гаватских Е.С.)
 17.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

| Группа | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|--------------------|--|-----------|------------------|-------|-------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углев | |
| 18.04.2025 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,04 | 5,42 | 16,76 | 131,66 |
| | БАТОН | 25 | 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 | | 360.00 | 8.47 | 12.25 | 43.79 | 319.29 |
| Завтрак 2 | СОК (фруктовый/овощной) | 198 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| Итого за завтрак 2 | | 198.00 | 1.00 | 0.20 | 19.80 | 86.00 |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 40 | 0,67 | 3,38 | 2,02 | 38 |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 180 | 2,59 | 3,02 | 11,23 | 82,8 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ | 60 | 4,37 | 13,03 | 6,77 | 159,35 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| Итого за обед | | 571.00 | 11.28 | 22.72 | 48.30 | 453.46 |
| Полдник | МОЛОКО | 145 | 5,04 | 4,41 | 8,37 | 94,32 |
| | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 3,2 | 2,66 | 25,72 | 146,29 |
| Итого за полдник | | 195.00 | 8.24 | 7.07 | 34.09 | 240.61 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ | 60 | 3,18 | 10,23 | 9,35 | 141,91 |
| | ОМЛЕТ | 130 | 7,48 | 8,78 | 4,45 | 142,25 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 32 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 29 | 1,8 | 0,3 | 15,42 | 71,4 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 150 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,76 |
| Итого за ужин 1 | | 401.00 | 14.24 | 19.58 | 42.57 | 415.12 |
| Итого за день | | 1728.0 | 43.23 | 61.82 | 188.5 | 1514.4 |