

УТВЕРЖДАЮ
 (Плаватских Е.С.)
 19.06.2025

Менюготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

		Категория: Ясли				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углево	
20.06.2025						
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
Зав	СОК (фруктовый/овощной)	199	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		199.00	1.00	0.20	19.80	86.00
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	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	60	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	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед	605.00	13.77	14.15	69.28	412.48
Полдник	МОЛОКО	151	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25	128,1
	Итого за полдник	186.00	7.10	6.04	34.62	222.42
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		423.00	15.57	12.28	29.19	311.04
Итого за день		1776.0	45.91	44.92	196.68	1351.23

УТВЕРЖДАЮ
(Главатских Е.С.)
19.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен ность
			Белки	Жиры	Углево	
20.06.2025						
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)	199	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		199,00	1,00	0,20	19,80	86,00
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	44	1,57	4,44	3,42	59,53
	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
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	РАССЫПЧАТАЯ диета гр.1,8					
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ диета гр.4,8	80	7,89	7,89	3,19	136
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	15	0,9	0,15	7,71	35,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед	953,00	28,69	29,26	127,04	835,37
	Полдник	МОЛОКО	168	5,6	4,9	9,3
Полдник	ПРЯНИКИ	35	2,06	1,63	26,25	128,1
Итого за полдник		203,00	7,66	6,53	35,55	232,90
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) диета гр.8	80	4,02	28,65	0	245,51
	БАТОН	31	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		581,00	24,86	45,64	39,19	665,75
Итого за день		2369,0	72,35	95,95	272,53	2193,2