

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
(Абаполлова О.В.)

16.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	128	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	29	0,78	3,31	3,25	46,29
	БАТОН	42	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		384,00	15,12	19,94	34,88	391,42
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00	0	0	0	0
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,28	2,04	1,15	24,79
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	180	3,63	5,5	16,32	167,94
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	58	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		609,00	14,27	14,52	75,18
Полдник	ЙОГУРТ	181	5,2	4,48	19,71	139,78
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		201,00	5,22	4,48	35,59	203,98
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11,36	23,87	0,67	250,93
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		388,00	16,75	30,46	48,40	467,58
Итого за день		1785,00	52,36	69,60	213,85	1612,15
Среднее значение за период		1785,00	52,36	69,60	213,85	1612,15

Исполнитель: Медсестра (Трифилова О.М.)
Шеф-повар: (Трифилова О.М.)

скажи

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад+аллергия

Заведующий (Абаполлова О.В.)

16.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	148	12,88	11,25	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	49	1,3	5,92	5,42	77,15
	БАТОН	24	0,84	8,14	17,7	33,32
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ДРУЖБА НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	180	2,77	5,54	23,4	155,08
Итого за завтрак 1		586,00	17,95	27,13	56,36	557,75
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	181	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		181,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00	0	0	0	0
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7	36,4
	СУП 'ВОЛНА' С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (+алл)	78	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		764,00	18,72	18,61	96,23
Полдник	ЙОГУРТ	202	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	29	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		451,00	7,62	5,30	63,08	330,81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,22	5,61	30,5	113,74
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ (+алл)	77	15,14	31,82	0,89	334,57
	БАТОН	28	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	179	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		494,00	21,91	41,00	59,53	603,65
Итого за день		2479,00	67,20	92,24	295,00	2175,41
Среднее значение за период		2479,00	67,20	92,24	295,00	2175,41

Исполнитель: Медсестра (Трифилова О.М.)