

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли+аллергия

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	149	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
	КАША КУКУРУЗНАЯ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		693,00	10,91	12,49	66,06	406,57
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		295,00	1,40	0,60	29,10	130,65
на весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
Итого за обед		762,00	15,89	18,96	72,92	469,15
Полдник	ЙОГУРТ	178	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		408,00	8,67	6,34	43,72	269,97
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
Итого за ужин 1		618,00	17,54	20,10	52,45	512,58
Итого за день		2779,00	54,41	58,49	264,25	1788,92
Среднее значение за период		2779,00	54,41	58,49	264,25	1788,92

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад+аллергия

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	199	4,5	5,9	22	158
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	199	0,89	1,11	12,68	48,96
	КАША КУКУРУЗНАЯ	200	4,5	5,9	22	159
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		838,00	14,39	17,03	79,31	513,14
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	183	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		283,00	1,40	0,60	29,60	133,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
		736,00	18,76	21,35	97,22	577,85
Итого за обед						
Полдник	ЙОГУРТ	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
		468,00	10,58	8,82	56,59	351,64
Итого за полдник						
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,89	3,09	4,09	49,79
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
Итого за ужин 1		785,00	22,14	28,22	63,15	693,80
Итого за день		3113,00	67,27	76,02	325,87	2269,43
Среднее значение за период		3113,00	67,27	76,02	325,87	2269,43

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