

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Заведующий (Абаполова О.В.)
26.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества				Эн.ценность
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
27.05.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	38	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за завтрак 1		376,00	7,53	8,06	40,76	252,02
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 ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	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	30	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		590,00	13,84	15,52	68,12	411,23
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		229,00	8,67	6,34	34,92	234,67
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	39	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	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
Итого за ужин 1		399,00	8,71	13,89	37,30	335,72
Итого за день		1892,00	40,15	44,41	210,20	1364,29
Среднее значение за период		1892,00	40,15	44,41	210,20	1364,29

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад+АЛЛЕРГИЯ

Заведующий (Абаполова О.В.)
26.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	38	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	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
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		881,00	16,76	17,45	103,88	624,74
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	190	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		290,00	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 ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	80	0,75	3,27	3,92	48,64
	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 (+АЛЛ)	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	52	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		753,00	18,82	20,62	95,64	565,49
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	36,82	250,49
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,03	0	23,82	96,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		499,00	10,61	8,82	80,41	447,94
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	59	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
Итого за ужин 1		790,00	22,15	28,13	62,96	691,91
Итого за день		3216,00	69,74	75,62	372,49	2463,08
Среднее значение за период		3216,00	69,74	75,62	372,49	2463,08

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