

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		404,00	13,04	14,87	39,33	344,78
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	95	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		95,00	0,79	0,16	7,28	38,58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	31	0,32	0	0,63	5,22
	БОРЩ СО СМЕТАНой	181	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		635,00	9,42	14,22	52,52	431,69
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		210,00	6,81	5,81	30,87	204,12
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,03	6,92	42
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		402,00	25,04	15,02	41,74	397,76
Итого за день		1749,00	55,10	50,08	171,74	1416,93
Среднее значение за период		1749,00	55,10	50,08	171,74	1416,93

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

Заведующий (Абаполова О.В.)
27.05.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	29	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	ХЛЕБ(Ы) (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		854,00	19,08	21,15	104,55	685,91
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		100,00	0,89	0,20	8,10	43,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	47	0,48	0	0,96	7,92
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	201	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	23	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		805,00	12,94	17,44	64,30	549,01
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	53	0,08	0	48,56	196,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	ПЕЧЕНЬЕ без глютена	16	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		469,00	5,69	4,90	91,46	436,61
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ 200	200	27,07	22,67	47,59	502,67
Итого за ужин 1		658,00	56,73	40,53	103,96	1000,25
Итого за день		2889,00	95,33	84,22	372,37	2714,78
Среднее значение за период		2889,00	95,33	84,22	372,37	2714,78

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