

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад+аллергия



Заведующий (Абаболова О.В.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	17	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
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	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		802,00	15,39	17,62	113,28	671,82
Завтрак 2	ЯБЛОКО	104	0,4	0,4	9,8	47
	СОК (фруктовый/овощной)	195	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		299,00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	230	12,16	23,87	19,85	340,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	17	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
		720,00	24,10	32,30	70,70	667,67
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	ПЕЧЕНЬЕ без глютена	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		500,00	10,26	14,47	73,01	483,31
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	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
		647,00	40,64	43,34	91,78	934,04
Итого за день		2971,00	91,79	108,33	378,37	2889,84
Среднее значение за период		2971,00	91,79	108,33	378,37	2889,84

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли+аллергия



Заведующий (Абаболова О.В.)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	17	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
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
Итого за завтрак 1		702,00	11,18	15,50	80,88	506,53
Завтрак 2	ЯБЛОКО	98	0,4	0,4	9,3	44,65
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		298,00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	14	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		562,00	18,43	23,16	53,40	495,32
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3,31	6,84	21,51	173,57
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		450,00	8,37	11,25	55,54	371,31
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	17	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
Итого за ужин 1		565,00	33,71	35,31	70,03	748,66
Итого за день		2580,00	73,09	85,82	288,95	2252,47
Среднее значение за период		2580,00	73,09	85,82	288,95	2252,47

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