

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад +аллергия

Заведующий (Абаполова О.В.)
29.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	148	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША КУКУРУЗНАЯ	200	4,5	5,9	22	159
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		650,00	22,61	24,80	87,20	684,60
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	148	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		148,00	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	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	60	0,9	2,88	2,52	36,24
	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)	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	49	0,88	4,25	2,84	53,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		767,00	19,60	20,74	96,39	616,64
Полдник	КЕФИР	197	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,22
	ПЕЧЕНЬЕ без глютена	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		480,00	7,84	0,50	72,89	333,06
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ (+алл)	80	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		510,00	20,76	38,21	38,84	563,27
Итого за день		2558,00	71,70	84,45	303,42	2240,57
Среднее значение за период		2558,00	71,70	84,45	303,42	2240,57

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

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли+аллергия

Заведующий (Абаполова О.В.)
29.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.07.2025						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,88	12,24	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	27	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
	КАША КУКУРУЗНАЯ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
Итого за завтрак 1		520,00	18,08	22,38	49,50	487,48
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	141	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		141,00	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	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	40	0,6	1,92	1,68	24,16
	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 (+алл)	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	Итого за обед		609,00	14,88	15,81	75,31
Полдник	КЕФИР	178	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		378,00	5,41	0,18	31,87	155,25
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ (+алл)	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		390,00	15,54	28,54	29,04	422,15
Итого за день		2041,00	54,70	67,07	193,00	1577,76
Среднее значение за период		2041,00	54,70	67,07	193,00	1577,76

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