

Заведующий

26.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	150	3,61	3,79	62,34	
	БАТОН	25	1,5	0,25	42,85	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	
Итого за завтрак 1		400,00	10,24	12,55	43,34	322,86
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	181	0,91	0,18	18,01	78,26
Итого за завтрак 2		181,00	0,91	0,18	18,01	78,26
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	41,85	1,26	0,14	2,79	16,74
	ЩИ	166	2,09	2,95	3,74	49,68
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	63	6,99	6,76	11,28	129,77
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	29	0,53	2,55	1,7	31,98
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,38	0	9,9	42,23
Итого за обед		599,85	15,80	16,30	72,59	492,68
Полдник	КЕФИР	149	4,49	0,15	5,99	46,46
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		164,00	4,50	0,15	17,90	94,61
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНый	40	0,33	0	0,66	5,42
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	174	11,35	20,37	24,48	327,92
	ПОДЛИВ	29	0,24	1,14	2,1	20,22
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		423,00	13,72	21,81	49,99	454,37
Итого за день		1770,85	45,17	50,99	201,83	1442,78

Заведующий

26.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
26.06.2025						
Завтрак 1	КАША "АССОРТИ"	200	5,1	5,25	26,4	62,6
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		470,00	11,73	14,26	49,08	371,61
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	204	1,03	0,21	20,3	88,16
Итого за завтрак 2		204,00	1,03	0,21	20,30	88,16
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	63,3	1,9	0,21	4,22	25,32
	ЩИ	180	2,28	3,23	4,09	54,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	82	9,55	9,03	14,01	182,78
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	48	0,88	4,22	2,81	52,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	179	0,46	0	11,88	50,67
Итого за обед		732,30	20,34	21,50	87,66	629,15
Полдник	КЕФИР	209	6,29	0,21	8,39	65,05
	ПРЯНИКИ	60	3,55	2,8	45	219,6
Итого за полдник		269,00	9,84	3,01	53,39	284,65
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕНый	60	0,49	0	0,98	8,05
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	188	12,26	22,01	26,45	354,31
	ПОДЛИВ	49	0,41	1,93	3,55	34,16
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		507,00	14,96	24,24	55,20	503,22
Итого за день		2185,30	57,90	63,22	265,63	1876,79