



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		418,00	12,29	13,23	48,11	358,40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	202	1,05	0,21	20,83	90,48
Итого за завтрак 2		202,00	1,05	0,21	20,83	90,48
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	63	1,82	3,9	5,06	62,56
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	77	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		720,00	24,30	20,93	99,59	685,15
Полдник	ЙОГУРТ	208	6,09	5,25	23,11	163,88
	ПЕЧЕНЬЕ	26	0,03	0	20,64	83,46
Итого за полдник		234,00	6,12	5,25	43,75	247,34
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	57	0,51	0	1,01	8,36
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,12	5,97	19,53	144,04
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		522,00	10,55	10,58	59,18	414,03
Итого за день		2101,00	54,31	50,20	271,46	1795,40

Заведующий (д.э.н. Фомин Я.В.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.01.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5		121,37
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
Итого за завтрак 1		355,00	10,19	10,67	41,93	302,03
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	182	0,95	0,19	18,74	81,43
Итого за завтрак 2		182,00	0,95	0,19	18,74	81,43
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	40	1,15	2,47	3,21	39,72
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	58	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		583,00	19,16	15,86	79,83	543,05
Полдник	ЙОГУРТ	187	5,45	4,7	20,68	146,67
	ПЕЧЕНЬЕ	13	0,01	0	10,32	41,73
Итого за полдник		200,00	5,46	4,70	31,00	188,40
Ужин 1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,34	0	0,68	5,57
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,5	4,78	15,62	115,23
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		408,00	7,78	7,93	45,17	293,95
Итого за день		1731,00	43,54	39,35	216,67	1408,86