

Заведующий (Форминский Я.В.)  
21.01.2025

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	19	124,8
	БАТОН	25	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	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		468,00	14,53	16,36	44,90	386,30
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	207,8	1,04	0,21	20,57	89,35
Итого за завтрак 2		207,80	1,04	0,21	20,57	89,35
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	61,56	1,77	3,81	4,95	61,13
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	79	17,47	14,36	7,35	228,56
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	52	0,93	4,51	3,01	56,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		981,56	40,30	46,76	114,24	1070,13
Полдник	МОЛОКО	210	5,88	5,15	9,77	110,04
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		225,00	5,89	5,15	21,68	158,19
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	6,76	35,65
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	147	25,6	12,39	25,62	319,07
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	31	0,36	1,41	3,91	34,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		443,00	28,38	14,13	51,18	449,67
Итого за день		2330,36	90,14	82,61	252,57	1799



Меню приготовляемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	149	3,53	3,66	12,86	94,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,86	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
	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		398,00	13,04	14,87	39,33	344,78
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	153,33	0,77	0,15	15,17	65,93
Итого за завтрак 2		153,33	0,77	0,15	15,17	65,93
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	41,04	1,16	2,53	3,29	40,75
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	179	1,95	2,96	6,42	59,96
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	59	13,1	10,77	5,51	171,42
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	31	0,57	2,73	1,82	34,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		590,04	20,12	21,57	58,89	505,15
Полдник	МОЛОКО	157,5	4,41	3,86	7,33	82,53
	ПЕЧЕНЬЕ	15	0,01	0	11,91	48,15
Итого за полдник		172,50	4,42	3,86	19,24	130,68
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	128	22,48	10,81	22,34	278,12
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	31	0,38	1,41	3,91	34,63
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		399,00	24,56	12,48	42,41	384,93
Итого за день		1715,87	62,91	62,93	175,04	1431,47