

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.02.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	202	6,33	6,19	30	161,03
	БАТОН	45	3,44	0,45	23,09	117,89
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		451,00	13,02	13,49	68,84	417,12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,09	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		692,00	22,22	29,09	61,94	602,90
Полдник	КЕФИР	197	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	70	5,6	2,8	33,6	167,97
Итого за полдник		266,00	11,59	3,00	41,59	229,91
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	60	1,8	0,2	4	24
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за ужин 1		525,00	16,89	14,62	35,84	342,71
Итого за день		2139,00	64,72	60,40	228,00	1678,64

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.02.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	149	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		368,00	10,40	11,55	53,54	330,41
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,79	86,00
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 КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,96	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	202,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,2	0,4	18,2	84
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		564,00	17,86	22,16	49,50	472,07
Полдник	КЕФИР	177	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	49	4	2	24	119,98
Итого за полдник		226,00	9,39	2,18	31,19	175,73
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	40	1,2	0,13	2,67	16
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за ужин 1		440,00	13,41	12,59	29,01	283,41
Итого за день		1801,00	52,06	48,68	183,03	1347,62