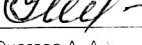



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	3	21,74	161,83
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	БАТОН	44	3,44	0,45	23,09	117,89
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		477,00	17,28	15,91	56,54	434,25
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
на весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	200	3,27	3,97	6,24	81,27
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		721,00	19,95	27,25	81,82	679,19
Полдник	КЕФИР	203	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		233,00	7,76	1,60	30,49	171,74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	60	1,6	3	3,79	49
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,93
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,69	102,34
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	БАТОН	38	2,79	0,4	17,2	83,3
Итого за ужин 1		506,00	11,25	11,41	47,08	398,75
Итого за день		2042,00	56,64	56,57	225,73	1730,93

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.02.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	БАТОН	39	3,05	0,4	20,52	104,79
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
Итого за завтрак 1		417,00	14,50	12,87	48,54	362,43
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95,00	0,40	0,40	9,30	44,65
на весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,86	7,73	2,79	66,71
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ	180	3,33	3,96	5,57	78,75
	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,4	2,64	27,24	138,96
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		591,00	15,88	20,73	65,82	534,45
Полдник	КЕФИР	183	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		213,00	7,16	1,58	29,69	165,55
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	40	1,07	2	2,53	32,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	БАТОН	21	1,53	0,2	10,26	52,39
Итого за ужин 1		389,00	7,75	8,12	33,98	273,27
Итого за день		1708,00	45,69	43,70	187,33	1360,35

Исполнитель: Заведующий складом  (Шихова О. Н.)
Шеф-повар:  (Очагова А. А.)