

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		430,00	9,62	12,40	54,16	366,66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200,00	1,00	0,20	19,80	86,00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,2	5,09	6,48	95,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	80	15,57	34,72	7,57	391,55
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		700,00	25,86	50,02	55,78	793,11
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
Итого за полдник		430,00	11,62	5,10	41,11	263,04
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	60	1,8	0,2	4	24
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	55	2,2	0,37	18,81	87,27
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		465,00	12,63	10,70	37,72	314,61
Итого за день		2228,00	60,73	78,42	208,57	1823,42

Исполнитель: Диетсестра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Губина Екатерина Игоревна)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.06.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	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		360,00	8,13	10,71	45,02	309,12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	150	0,75	0,15	14,84	64,5
Итого за завтрак 2		150,00	0,75	0,15	14,84	64,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,15	4,95	6,12	90,45
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ (СВИНИНА)	60	11,68	26,04	5,68	293,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		575,00	20,25	38,40	44,36	621,30
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		210,00	5,07	4,41	32,19	190,62
Ужин 1	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	40	1,2	0,13	2,67	16
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	БАТОН	45	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
Итого за ужин 1		365,00	13,21	12,21	29,58	279,31
Итого за день		1663,00	47,41	65,88	165,99	1464,85

Исполнитель: Диетсестра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Губина Екатерина Игоревна)