



Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.03.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 1		363,00	6,73	7,06	38,15
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	133	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		133,00	0,89	0,20	8,10	43,00
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	1,88	7,73	2,79	88,71
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	31	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		591,00	15,22	21,07	68,30	467,51
Полдник	ЙОГУРТ	145	5,22	4,5	19,8	140,4
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,68	1,01	38,23	143,36
Итого за полдник		195,00	7,90	5,51	58,03	283,76
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	38	1,07	2	2,63	32,67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		398,00	7,90	8,16	37,04	279,68
Итого за день		1683,00	38,64	42,00	209,62	1317,21

Исполнитель: Диетсестра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Окуленко Ольга Владимировна)



Заведующий (Ушакова Ирина Юрьевна)

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.03.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	Итого за завтрак 1		418,00	9,00	10,02	43,65
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	133	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		133,00	0,89	0,20	8,10	43,00
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	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	54	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Итого за обед		774,00	20,91	28,96	97,45	656,27
Полдник	ЙОГУРТ	162	5,8	5	22	156
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	3,75	1,41	53,52	200,71
Итого за полдник		232,00	9,55	6,41	75,52	356,71
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	57	1,6	3	3,79	49
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		497,00	10,15	11,26	43,21	374,26
Итого за день		2057,00	50,50	56,85	267,93	1731,51

Исполнитель: Диетсестра (Иванова Светлана Владимировна)
Шеф-повар: (Окуленко Ольга Владимировна)