

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Ясли**

Меню приготавливаемых блюд. Категория: Ясли						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	29	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
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
		404.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Итого за завтрак 1		150	0,68	0,68	16,7	80,11
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150.00	0,68	0,68	16,70	80,11
Итого за завтрак 2		3	0	0	0	0
На весь день	Соль йодированная	3.00				
Итого за на весь день		40	0,47	2,73	1,53	33,73
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	60	11,69	7,61	6,26	140,02
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	30	0,36	2,94	2,76	39,06
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	30	1,12	0,16	8,8	39,2
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180	0	0	9,7	38,7
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	БАТОН	670.00	19.73	20.64	62.89	535.00
Итого за обед		183	5,04	4,41	8,37	94,32
Полдник	МОЛОКО	40	2,36	1,87	30	146,4
	ПРЯНИКИ	223.00	7.40	6.28	38.37	240.72
Итого за полдник		40	0,59	2	7,4	50,53
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	БАТОН	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	397.00	26.55	15.49	56.53	399.61
Итого за ужин 1		1847.00	67.40	57.96	213.82	1600.22
Итого за день						

Исполнитель: Кладовщик (Ветошкина Е. В.)

Меню приготавливаемых блюд. Категория: **Сад**

Меню приготавливаемых блюд. Категория: Сад						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	29	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
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
Итого за завтрак 1		854.00	22.79	25.52	93.05	695.08
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,68	0,68	16,7	80,11
Итого за завтрак 2		150.00	0.68	0.68	16.70	80.11
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	4,1	2,3	50,6
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	80	15,58	10,15	8,34	186,69
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10,78	43
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за обед		809.00	26.83	29.05	77.91	713.91
Полдник	МОЛОКО	203	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	40	2,36	1,87	30	146,4
Итого за полдник		243.00	7.96	6.77	39.30	251.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	27	1,99	2,37	16,3	20,37
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		641.00	36.51	23.12	122.05	766.85
Итого за день		2700.00	94.77	85.14	349.01	2507.15