

Заведующий Л.С.С. (Костицына О.А.)

30.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		410,00	18,27	16,94	59,36	466,46
Завтрак 2	МАНДАРИН	136	0,76	0,19	20,67	87,04
Итого за завтрак 2		136,00	0,76	0,19	20,67	87,04
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,04	2,75	33,59
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,81	3,67	7,27	75,6
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,4	16,21	78,4
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ИЗЮМОМ	180	0,35	0,09	17,56	70,27
Итого за обед		640,00	15,87	27,27	78,50	614,19
Полдник	КЕФИР	180	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200,00	5,41	0,18	23,07	119,95
Ужин 1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	10,08	3,66	2,67	87
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		390,00	13,84	6,67	26,71	232,42
Итого за день		1779,00	54,15	51,25	208,31	1520,06

Заведующий Л.С.С. (Костицына О.А.)

30.01.2025

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,27	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,48
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		493,00	21,95	20,49	75,91	579,66
Завтрак 2	МАНДАРИН	136	0,76	0,19	20,67	87,04
Итого за завтрак 2		136,00	0,76	0,19	20,67	87,04
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,92	3,06	4,13	50,39
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	3,12	4,08	8,08	84
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,19	278,31
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,76	0,5	20,26	98
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ИЗЮМОМ	200	0,39	0,1	19,51	78,08
Итого за обед		790,00	20,52	36,29	99,72	796,18
Полдник	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		240,00	6,03	0,20	39,75	190,34
Ужин 1	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	13,44	4,88	3,56	116
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,31	3,35	10,72	91,5
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		450,00	18,26	8,66	34,88	303,52
Итого за день		2114,00	67,52	65,83	270,93	1956,74