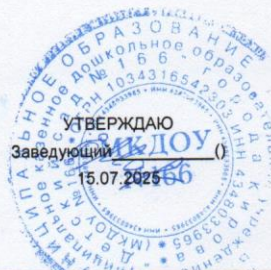


Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,24	6,1	29,55	158,64
	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
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	200	8,71	8,71	49,79	311,54
	ЧАЙ С САХАРОМ А	180	0	0	8,8	35,3
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		840.00	22.07	22.33	141.31	814.78
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН А	95	0,79	0,16	7,28	38,58
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		295.00	1.79	0.36	27.08	124.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	3,1	1,7	36,4
	Итого за обед	750.00	22.62	32.20	63.84	639.35
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ А	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ А	200	0	0	9,78	39,21
Итого за полдник		450.00	7.39	6.30	57.46	318.01
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	60	1,32	0,24	6,7	34,8
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) А	80	4,02	28,65	0	245,51
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА А	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ А	60	0,7	4,1	2,3	50,6
	Итого за ужин 1	565.00	16.88	43.50	32.16	579.16
Итого за день		2903.00	70.75	104.69	321.85	2475.88

Исполнитель: _____()

Шеф-повар: _____()

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
15.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.07.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ А	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ХЛЕБЦЫ (диета)	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за завтрак 1		550.00	18.61	18.45	116.24	675.67
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН А	95	0,79	0,16	7,28	38,58
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		295.00	1.79	0.36	27.08	124.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,2	0,4	16,2	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		590.00	17.78	22.16	51.28	478.56
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ПЕЧЕНЬЕ А	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		230.00	6.83	5.81	46.75	268.32
Ужин 1	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ порция	40	0,88	0,16	4,47	23,2
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) А	60	3,01	21,49	0	184,13
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		455.00	14.13	32.06	22.49	431.78
Итого за день		2123.00	59.14	78.84	263.84	1978.91

Исполнитель: _____()
Шеф-повар: _____()