

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Смирнов (Красных СН)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,73	4,95	24,25	165,65
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,4	78,59
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Завтрак 2	МАНДАРИН	100	0,56	0,14	15,2	64
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТ. МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,06	8,88	97,52
	РИС ОТВАРНОЙ	150	3	3,3	34,05	173,7
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,75	0,5	20,25	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,03	4,47	14,31	122
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Смирнов (Красных СН)

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.02.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Завтрак 2	МАНДАРИН	100	0,56	0,14	15,2	64
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТ. МАСЛОМ	40	0,67	2,67	3,27	39,8
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,2	2,42	24,97	127,38
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	0,3	12,16	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,72	4,02	12,88	109,8
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63
	БАТОН	25	1,91	0,25	12,83	65,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91