

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Салат



Заведующий Шишкова Е.В.
 23.07.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,92	8,71	21,94	189,24
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ (диета)	150	3,59	4,57	37,33	204,35
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,63	0,63	14,68	70,5
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,98	4	4	50,95
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,67	3,27	6,24	85,2
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	3,65	4,86	26,44	98,58
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	10,8	15,33	0	190,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,2	0,1	15,51	63,5
Полдник	ИОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	180	11,68	20,97	25,2	337,54
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,77	39,21
Среднее значение за период		2183,00	61,30	92,09	292,89	1802,03

Исполнитель: Супруненко Л.А.
 Шеф-повар: Карандашева В.Г.

Заведующий Шишкова Е.В.
 23.07.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2025						
Завтрак 1	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,6	8,23	20,73	178,73
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	10	0,1	8,3	0,1	75
	КАКАО НА МОЛОКЕ	150	2,36	2,59	11,27	74,68
Итого за завтрак 1		360,00	9,86	19,42	47,52	399,81
Завтрак 2	ЯБЛОКО	150	0,63	0,63	14,68	70,5
Итого за завтрак 2		150,00	0,63	0,63	14,68	70,50
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,65	2,67	2,67	33,97
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	160	2,87	2,72	4,99	68,15
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	100	2,81	3,74	20,33	75,83
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5,88	3,47	0,48	101,59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
Итого за обед		570,00	14,28	14,06	55,52	406,19
Полдник	ИОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
Итого за полдник		230,00	8,50	10,66	47,53	319,32
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (СВИНИНА)	150	9,74	17,48	21	281,28
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190	0	0	9,29	37,25
Итого за ужин 1		400,00	11,90	19,10	47,08	413,03
Итого за день		1713,00	45,17	63,87	212,33	1608,85
Среднее значение за период		1713,00	45,17	63,87	212,33	1408,85

Исполнитель: Супруненко Л.А.
 Шеф-повар: Карандашева В.Г.