

Меню приготавливаемых блюд

**Категория: Ясли**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>30.07.2025</b>						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4.68	4.57	22.16	118.98
	БАТОН	25	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
Итого за завтрак 1		360.00	9.11	11.40	49.19	306.61
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0.89	0.2	8.1	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.89	0.20	8.10	43.00
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	2.24	0.32	17.6	78.4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		560.00	17.97	22.16	54.61	487.49
Полдник	МОЛОКО	180	5.04	4.41	8.37	94.32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	50	3.31	6.84	21.51	173.57
Итого за полдник		230.00	8.35	11.25	29.88	267.89
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0.47	0.07	1.53	9.6
	ОМЛЕТ	154	8.63	10.13	5.13	164.13
	БАТОН	34	2.13	0.35	18.2	84.29
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		408.00	11.34	10.58	24.90	258.84
Итого за день		1661.00	47.66	55.59	166.68	1363.83
Среднее значение за период		1661.00	47.66	55.59	166.68	1363.83

Меню приготавливаемых блюд

**Категория: Сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>30.07.2025</b>						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	6.24	6.1	29.55	158.64
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		439.00	11.59	13.30	63.29	380.14
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	100	0.89	0.2	8.1	43
Итого за завтрак 2		100.00	0.89	0.20	8.10	43.00
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	199	7.76	3.84	10.48	111.2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10.57	20.76	17.26	296.15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.8	0.4	22.2	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		689.00	22.31	29.19	68.40	621.40
Полдник	МОЛОКО	200	5.6	4.9	9.3	104.8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	69	4.63	9.57	30.11	243
Итого за полдник		269.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0.7	0.1	2.3	14.4
	ОМЛЕТ	154	8.63	10.13	5.13	164.13
	БАТОН	44	2.72	0.45	23.28	107.8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		438.00	12.16	10.71	30.75	287.15
Итого за день		1938.00	57.18	67.87	209.95	1679.49
Среднее значение за период		1938.00	57.18	67.87	209.95	1679.49