

Меню приготавливаемых блюд  
**Категория: Ясли**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>31.07.2025</b>						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12.68	12.2	18.69	247.31
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1.99	2.37	16.3	20.37
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за завтрак 1		367.00	16.33	19.00	47.93	365.50
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0.36	0	0.98	5.6
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3.17	3.65	7.99	87.77
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	119	22.82	3.68	46.38	309.88
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	59	5.88	3.47	0.48	101.59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		606.00	33.91	11.04	78.85	602.34
Полдник	ЙОГУРТ	180	5.22	4.5	19.8	140.4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		200.00	5.24	4.50	35.68	204.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.46	2.67	3.67	40.67
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2.53	3.13	11.4	101.86
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	10.08	3.66	2.67	87
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
Итого за ужин 1		403.00	15.20	9.81	43.36	343.48
Итого за день		1779.00	71.68	44.55	225.62	1601.92
Среднее значение за период		1779.00	71.68	44.55	225.62	1601.92

Меню приготавливаемых блюд  
**Категория: Сад**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>31.07.2025</b>						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	149	12.88	11.75	20.25	253.88
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	28	1.99	2.37	16.3	20.37
	БАТОН	35	2.1	0.35	17.99	83.3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	4	0.05	4.15	0.05	37.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за завтрак 1		396.00	17.13	18.65	54.63	395.87
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	59	0.5	0.1	1.5	8.4
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3.52	4.05	8.88	97.52
	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	149	28.52	4.6	57.98	387.35
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	79	10.8	15.33	0	190.25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	2.79	0.4	20.2	98
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	10.78	43
Итого за обед		737.00	46.13	24.48	99.34	824.52
Полдник	ЙОГУРТ	199	5.8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		219.00	5.82	5.00	37.88	220.20
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0.69	4	5.5	61
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.25	127.33
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	79	13.44	4.88	3.56	116
	БАТОН	45	3.44	0.45	23.09	117.89
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
Итого за ужин 1		513.00	20.78	13.25	55.55	459.00
Итого за день		2068.00	90.86	61.58	267.20	1985.59
Среднее значение за период		2068.00	90.86	61.58	267.20	1985.59