

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3.38	4.43	16.5	119.25
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	2.72	2.29	13.35	85.59
Итого за завтрак 1		350.00	7.65	11.12	42.75	301.84
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	147	0.75	0.15	14.77	64.17
Итого за завтрак 2		147.00	0.75	0.15	14.77	64.17
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	39	0.64	1.36	2.72	24.8
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6.98	3.46	9.43	100.08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8.46	16.61	13.81	236.92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.2	0.4	16.2	78.4
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63	47.63
Итого за обед		569.00	18.43	21.91	53.79	487.83
Полдник	ЙОГУРТ	178	5.22	4.5	19.8	140.4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73	178.92
Итого за полдник		228.00	8.50	10.66	47.53	319.32
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ	129	9.27	9.19	20.45	199.68
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.36	1.32	1.37	23.1
	БАТОН	44	2.73	0.46	23.4	108.33
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		383.00	12.47	11.00	45.26	331.93
Итого за день		1680.00	47.80	54.84	204.10	1505.09

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.07.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4.5	5.9	22	159
	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
Итого за завтрак 1		450.00	10.83	13.28	66.98	431.10
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		197.00	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	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	59	0.96	2.04	4.08	37.2
	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	2.75	0.5	20.25	98
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		689.00	22.22	27.23	66.03	599.70
Полдник	ЙОГУРТ	198	5.8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4.59	8.62	38.82	250.49
Итого за полдник		298.00	12.76	14.04	85.39	518.09
Ужин 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ БЕЗ ЯИЦ	149	10.7	10.6	23.6	230.4
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0.6	2.2	2.3	38.5
	БАТОН	49	3.02	0.5	25.78	119.61
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0.13	0.03	0.04	1.01
Итого за ужин 1		468.00	16.03	13.61	68.10	463.92
Итого за день		2105.00	62.84	68.36	306.30	2098.81

Исполнитель: Медсестра (Перминова Ж.Н.)
Шеф-повар: (Дементьева О.Н.)