

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		367.00	9.83	8.50	41.55	281.94
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	1,63	2,47	5,35	49,97
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,14	3,61	11	103,52
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		550.00	19.83	19.21	50.46	468.48
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,57	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		380.00	28.64	15.10	47.52	449.49
Итого за день		1800.00	63.76	47.62	173.58	1405.43
Среднее значение за период		1800.00	63.76	47.62	173.58	1405.43

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.04.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		448.00	12.15	10.38	52.26	350.91
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	3,19	4	7,34	87,46
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,26	13	122,32
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	17,47	14,36	7,35	228,56
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,8	0,4	22,2	98
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
Итого за обед		680.00	27.05	26.08	64.01	624.43
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		220.00	5.62	4.90	25.18	169.00
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		420.00	29.26	15.19	52.67	473.43
Итого за день		1871.00	74.48	56.95	203.92	1664.77
Среднее значение за период		1871.00	74.48	56.95	203.92	1664.77

ДЕТСКИЙ САД
№42 г.КИРОВА

Заведующий

УТВЕРЖДАЮ

(Переславцева С.Л.)

15.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли (аллергики)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
16.04.2025						
Завтрак 1	МАКРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за завтрак 1		367.00	9.83	8.50	41.55	281.94
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	3,08	32,96
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	150	1,63	2,47	5,35	49,97
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,14	3,61	11	103,52
	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	13,1	10,77	5,51	171,42
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Итого за обед		550.00	19.83	19.21	50.46	468.48
Полдник	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		200.00	5.06	4.41	24.25	158.52
Ужин 1	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,57	25,97	323,41
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	50	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		380.00	28.64	15.10	47.52	449.49
Итого за день		1600.00	63.76	47.62	173.58	1405.43
Среднее значение за период		1600.00	63.76	47.62	173.58	1405.43