

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий О.В. Черных
29.03.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	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
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	160	0,8	0,16	15,84	68,8
	АПЕЛЬСИН	136	1,07	0,24	9,75	51,76
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	10,09	9,71	4,94	161,77
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,21	0,4	16,21	78,4
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,08	0	7,92	32,21
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	50	3,6	3	27,2	152
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий О.В. Черных
29.03.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
01.04.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ (диета) клюковка 1 порц.. Калинка 1 порц Черничка 1 порц	200	4,4	13,61	66,06	406,33
	БАТОН	40	2,4	0,4	20,56	95,2

	ХЛЕБЦЫ(диета) Смородинка 2 порц. Ежевичка 3 порц	36	2,84	0,5	29,48	133,92
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) клюковка 1 порц.. Калинка 1 порц Черничка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,8	77,31
	АПЕЛЬСИН	136	1,13	0,25	10,3	54,65
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) клубничка 1 порц.. Ежевичка 2	200	0	0	9,78	39,21
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (диета) клюковка 1 порц.. Калинка 2 порц Черничка 1 порц	200	2,48	3,36	12,08	88,8
	ГОВЯДИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	12,61	12,13	6,17	202,21
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (диета) Калинка 1 порц	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (диета) Калинка 1 порц	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,41	0,34	19,09	84,28
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,1	0	9,5	38,65
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (диета) клубничка	180	0,46	0	11,88	50,67
Полдник	МОЛОКО	180	5,6	4,9	9,3	104,8
	ЧАЙ С САХАРОМ (диета) клюковка 1 порц.. Калинка 1 порц Черничка 1 порц	200	0	0	9,78	39,21
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	70	5,04	4,2	38,08	212,8
	ХЛЕБЦЫ(диета) Смородинка 2 порц. Ежевичка 3 порц	36	2,84	0,5	29,48	133,92
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (диета) клюковка 1 порц.. Калинка 1 порц Черничка 1 порц Смородинка 2 порц.	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	БАТОН	35	2,09	0,35	17,89	82,99
	(диета) Смородинка 2 порц. Ежевичка 3 порц	50	2,75	0,5	20,2	97,79
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82