

Заведующий (Хлебникова О.А.)



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

На 05.03.2025 в категории "ясли" детей с особенностями в питании 1.гр.Ромашка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.Ромашка 1 порция	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.Ромашка 1 порция	180	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 1		700.00	16.03	18.56	69.23	509.17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	149	0,75	0,15	14,83	64,43
Итого за завтрак 2		149.00	0.75	0.15	14.83	64.43
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	39,554	0,21	1,96	3,08	29,16
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ диета гр.Ромашка 1 порция без сметаны	180	3,19	4	7,34	87,46
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	60	7,04	7,92	6,22	124,24
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,6	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		639.55	15.62	23.04	58.92	529.54
Полдник	МОЛОКО	191	5,35	4,68	8,88	100,08
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.Ромашка 1 порция	190	0,12	0,03	0,04	0,96
	ПЕЧЕНЬЕ диета гр.Ромашка 1 порция - печенье безглютеновое	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		401.00	5.49	4.71	24.80	165.24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2	4,2	37,07
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	130	8,2	7,9	17,6	201,19
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.Ромашка 1 порция	120	2,86	3,65	29,91	163,47
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		555.00	18.96	21.76	71.73	585.94
Итого за день		2447.55	56.85	68.22	239.51	1854.32

Исполнитель: Медсестра  (Костылева О.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Хлебникова О. А.)

04.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

На 05.03.2025 в категории "сад" детей с особенностями в питании 3.гр.Капитошка 1, гр.Колокольчики 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
05.03.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.Капитошка 1 порция	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.Капитошка 1 порция	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за завтрак 1		820,00	18,25	20,96	82,27
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	178	0,9	0,18	17,81	77,4
Итого за завтрак 2		178,00	0,90	0,18	17,81	77,40
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	50	0,26	2,48	3,89	36,86
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	72	6,39	1,44	3,51	69,66
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ диета гр.Капитошка 1 порция	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	МЯСО ОТВАРНОЕ диета гр.Колокольчики 1 порция	60	4,75	8,44	0	109,92
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,24	0,32	17,76	78,4
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого за обед		882,00	27,67	27,29	63,07
Полдник	МОЛОКО	185	5,18	4,53	8,6	96,94
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.Каолокольчики 1 порция	191	0,12	0,03	0,04	0,96
	ПЕЧЕНЬЕ диета гр.Капитошка 1 порция печенье безглютеновое	20	0,02	0	15,88	64,2
	Итого за полдник		396,00	5,32	4,56	24,52
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ПРИПУЩЕННОЙ МОРКОВИ И ЯБЛОК С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3	6,3	55,6
	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	134	19,54	11,57	20,95	269,82
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.Капитошка 1 порция	135	3,22	4,1	33,65	183,91
	БАТОН	40	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за ужин 1		574,00	26,27	20,92	80,92
Итого за день		2853,00	78,41	73,91	268,59	2133,16

Исполнитель: Медсестра _____ (Костылева О.В.)