



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

На 22.01.2025 в категории "сад" детей с особенностями в питании 3.гр.Капитошки1,гр.Колокольчики 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценност ь
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.01.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ диета гр.Капитошки 1 порция	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ХЛЕБЦЫ (диета)диета гр.Капитошки 1 порция	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	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 С САХАРОМ диета гр.Капитошки 1 порция	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		830.00	18,91	21,07	100,20	667,06
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	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ диета гр.Капитошки 1 порция	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) диета гр.Колокольчики 1 порция	80	4,02	28,65	0	245,51
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.Капитошки 1 порция	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.Колокольчики 1 порция	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за обед		1140.00	25,36	50,61	76,93
Полдник	ЙОГУРТ	190	5,51	4,75	20,9	148,2
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое диета гр.Капитошки 1 порция	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		230.00	5,55	4,75	52,66	276,60
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ диета гр.Капитошки 1 порция	150	5,45	10,92	20	199,96
	СЫР ПОРЦИЯМИ диета гр.Капитошки 1 порция	20	4,62	5,96	0	73,03
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ХЛЕБЦЫ (диета) диета гр.Капитошки 1 порция	10	0,79	0,14	8,19	37,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		635.00	40,41	31,88	82,94	780,42
Итого за день		2940.00	90,63	108,71	322,53	2700,13

Исполнитель: Медсестра  (Костылева О.В.)



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

На 22.01.2025 в категории "ясли" детей с особенностями в питании 1.гр.Ромашка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.01.2025						
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	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		520.00	15.91	18.53	69.19	508.26
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ диета гр.Ромашка 1 порция	180	2,09	2,95	8,42	68,4
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ диета гр.Ромашка 1 порция	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		940.00	14.24	23.69	75.15	645.84
Полдник	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	19,8	140,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА диета гр.Ромашка 1 порция	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ПЕЧЕНЬЕ безглютеновое диета гр.Ромашка 1 порция	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		400.00	5.37	4.53	51.60	269.62
Ужин 1	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	40	0,39	0,03	5,84	23,76
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		400.00	24.96	13.02	40.66	379.52
Итого за день		2363.00	60.88	60.17	246.40	1850.24

Исполнитель: Медсестра  (Костылева О.В.)