

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Трубицин)
 31.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
01.08.2024					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	12.68	12.2	18.69
	СОУС СМЕТАННЫЙ	28	0.36	1.32	1.37
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04
Итого за завтрак 1		363.00	14.70	17.95	33.00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0.4	0.4	9.3
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ `ЛЕТНИЙ`	40	0.6	1.92	1.68
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4.65	4.99	7.69
	РИС ПРИГПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3.12	4.4	31.28
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	58	5.32	1.2	2.93
	ПОДЛИВ	30	0.24	1.14	2.1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1.68	0.24	13.32
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0.08	0.08	13.42
Итого за обед		612.00	15.69	13.97	72.42
Полдник	КЕФИР	186	5.39	0.18	7.19
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88
Итого за полдник		206.00	5.41	0.18	23.07
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0.46	2.05	2.11
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2.6	2.46	10.13
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11.36	23.87	0.67
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1.66	0.24	13.01
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8
Итого за ужин 1		433.00	16.08	28.62	34.72
Итого за день		1712.00	52.28	61.12	172.51
Среднее значение за период		1712.00	52.28	61.12	172.51

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
01.08.2024					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12.88	11.75	20.25
	СОУС СМЕТАННЫЙ	28	0.36	1.32	1.37
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04
Итого за завтрак 1		393.00	15.50	17.60	39.70

Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	60	0.9	2.88	2.52
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5.17	5.54	8.54
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7.1	1.6	3.9
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2.79	0.4	20.2
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.09	0.09	16.1
Итого за обед		766.00	20.35	17.91	93.86
Полдник	КЕФИР	207	5.99	0.2	7.99
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82
	БАТОН	28	1.8	0.3	15.42
Итого за полдник		265.00	7.82	0.50	47.23
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0.69	3.07	3.16
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3.25	3.08	12.67
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	78	15.14	31.82	0.89
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1.68	0.24	13.32
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8
Итого за ужин 1		502.00	20.76	38.21	38.84
Итого за день		2031.00	64.83	74.62	229.43
Среднее значение за период		2031.00	64.83	74.62	229.43

Категория: аллергии

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
01.08.2024					
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	147	12.88	11.75	20.25
	СОУС СМЕТАННЫЙ	28	0.36	1.32	1.37
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2.18	4.37	25.3
Итого за завтрак 1		543.00	17.68	21.97	65.00
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.2	0.1	15.51
Итого за завтрак 2		300.00	0.60	0.50	25.31
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	60	0.9	2.88	2.52
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	200	5.17	5.54	8.54
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	78	7.1	1.6	3.9
	ПОДЛИВ	50	0.4	1.9	3.5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	2.79	0.4	20.2

	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.09	0.09	16.1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2.88	2.29	15.36
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	6.96	0.35	0.46
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96
Итого за обед		1226.00	30.37	20.64	123.64
Полдник	КЕФИР	207	5.99	0.2	7.99
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0.03	0	23.82
	БАТОН	28	1.8	0.3	15.42
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78
Итого за полдник		465.00	7.82	0.50	57.01
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0.69	3.07	3.16
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3.25	3.08	12.67
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	78	15.14	31.82	0.89
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1.68	0.24	13.32
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0
Итого за ужин 1		582.00	24.78	66.86	38.84
Итого за день		3121.00	81.25	110.47	309.80
Среднее значение за период		3121.00	81.25	110.47	309.80

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)

ча Т.В.)

Эн.ценность
247.31
23.1
59.5
37.5
0.82
368.23
44.65
44.65
0
24.16
107.84
101.12
58.05
20.22
58.8
55.58
425.77
55.75
64.2
119.95
25.35
77.26
250.93
57.95
35.3
446.79
1405.39
1405.39

Эн.ценность
253.88
23.1
83.3
37.5
0.82
398.60

47
47.00
0
36.24
119.82
126.4
77.4
33.7
98
66.69
558.25
61.94
96.3
71.4
229.64
38.02
96.58
334.57
58.8
35.3
563.27
1796.76
1796.76

Эн.ценность
253.88
23.1
83.3
37.5
0.82
148.8
547.40
47
63.5
110.50
0
36.24
119.82
126.4
77.4
33.7
98

66.69
93.6
44.54
57.15
753.54
61.94
96.3
71.4
39.21
268.85
38.02
96.58
334.57
58.8
35.3
245.51
808.78
2489.07
2489.07