

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)
01.08.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.08.2024						
Завтрак 1	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85	59.5
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7.84	6.47	45.77	272.15
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1		353.00	9.34	6.72	67.42	366.95
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3.17	3.65	7.99	87.77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.09	4.11	22.37	83.41
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	60	5.88	3.47	0.48	101.59
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1.67	0.3	12.23	59.14
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0.28	0	12.2	49.15
Итого за обед		575.00	14.80	14.11	58.11	419.10
Полдник	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за полдник		210.00	1.77	1.40	31.30	145.10
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	39	1.15	2.95	4.06	47.56
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18.73	7.62	20.61	225.83
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85	59.5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		392.00	21.49	10.85	37.56	333.71
Итого за день		1733.00	48.40	33.28	214.19	1350.86
Среднее значение за период		1733.00	48.40	33.28	214.19	1350.86

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.08.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5.74	4.96	24.26	165.63
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		428.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3.52	4.05	8.88	97.52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4.22	5.61	30.5	113.74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	63	9.45	13.41	0	166.47
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	1.3	4.73	5.13	68.27

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0.34	0	14.64	58.98
Итого за обед		738.00	21.51	32.04	77.37	623.48
Полдник	МОЛОКО	201	5.6	4.9	9.3	104.8
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
	БАТОН	18	1.2	0.2	10.28	47.6
Итого за полдник		249.00	8.57	6.50	42.08	262.20
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	58	1.72	4.42	6.09	71.34
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24.97	10.16	27.48	301.11
	СОУС СМЕТАННЫЙ	51	0.6	2.2	2.3	38.5
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
Итого за ужин 1		522.00	29.50	17.16	53.90	495.07
Итого за день		2142.00	71.07	67.96	246.01	1830.08
Среднее значение за период		2142.00	71.07	67.96	246.01	1830.08

Категория: аллергии

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.08.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5.74	4.96	24.26	165.63
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3.2	2.7	15.7	100.7
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9.41	7.76	54.92	326.58
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78	39.21
Итого за завтрак 1		808.00	19.90	19.82	117.56	729.12
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8	86
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.2	0.1	15.51	63.5
Итого за завтрак 2		400.00	1.20	0.30	35.31	149.50
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
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3.52	4.05	8.88	97.52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4.22	5.61	30.5	113.74
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	63	9.45	13.41	0	166.47
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	1.3	4.73	5.13	68.27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0.34	0	14.64	58.98
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3.52	4.05	8.88	97.52
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		1198.00	29.23	64.83	100.21	1023.66
Полдник	МОЛОКО	201	5.6	4.9	9.3	104.8
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
	БАТОН	18	1.2	0.2	10.28	47.6
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78	39.21
Итого за полдник		449.00	8.57	6.50	51.86	301.41
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	58	1.72	4.42	6.09	71.34
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24.97	10.16	27.48	301.11
	СОУС СМЕТАННЫЙ	51	0.6	2.2	2.3	38.5
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0.11	0.03	0.04	0.82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.59	4.57	37.33	204.35

	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7.89	7.89	3.19	136
Итого за ужин 1		752.00	40.98	29.62	94.42	835.42
Итого за день		3612.00	99.88	121.07	399.36	3039.11
Среднее значение за период		3612.00	99.88	121.07	399.36	3039.11

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)