

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

31.01.2025

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	29	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
	<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ</b>	150	3,3	10,21	49,55	304,75
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		694.00	11.43	20.92	103.37	649.17
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	0,9	0,18	17,84	77,48
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		295.00	1.30	0.58	27.14	122.13
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	38	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,4	3,96	14,4	142,29
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ160	160	12,26	11,6	8,83	188,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ</b>	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	<b>СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ</b>	160	8,17	19,31	4,94	228,97
Итого за обед		897.00	31.31	41.29	68.65	803.15
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		398.00	7.28	6.18	45.67	268.70
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	113	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	35	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	<b>РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ</b>	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		688.00	17.73	16.08	68.27	497.43
Итого за день		2975.00	69.05	85.05	313.10	2340.58
Среднее значение за период		2975.00	69.05	85.05	313.10	2340.58

## Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	29	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		434.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВО	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМ	200	6	4,4	16	158,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 200	200	15,32	14,5	11,03	236,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		673.00	25.23	25.28	61.11	600.96
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	38	2,25	1,78	28,5	139,08
Итого за полдник		238.00	7.85	6.68	37.80	243.88
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,1	4	20,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	43	2,2	0,37	18,77	87,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		463.00	16.88	13.22	59.03	425.34
Итого за день		2113.00	60.98	58.18	241.70	1769.84
Среднее значение за период		2113.00	60.98	58.18	241.70	1769.84

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)