

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

03.07.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	131	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	50	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		395.00	14.70	17.95	33.00	368.23
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	20	0,46	2,06	1,6	27,86
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	61	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	1,94	0,35	14,25	68,91
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		596.00	15.55	13.85	70.66	431.15
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		199.00	5.41	0.18	23.07	119.95
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	60	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,38	0,25	10,13	49
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		432.00	15.84	28.76	32.34	444.92
Итого за день		1720.00	51.90	61.14	168.37	1408.90
Среднее значение за период		1720.00	51.90	61.14	168.37	1408.90

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
04.07.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,3	1,36	22,79

	БАТОН	49	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		434.00	14.92	17.48	34.55	374.68
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУ	29	0,69	3,09	2,4	41,79
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	81	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	2,87	0,41	22,78	100,58
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		755.00	20.22	18.13	96.32	566.38
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	36	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		265.00	7.22	0.40	42.09	205.84
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С Р	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	81	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		529.00	20.82	38.41	40.58	577.80
Итого за день		2088.00	63.58	74.82	223.34	1771.70
Среднее значение за период		2088.00	63.58	74.82	223.34	1771.70

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Прозорова В.Г.)