

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

05.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.03.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	149	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,61	2,25	13,38	88,92
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША КУКУРУЗНАЯ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
Итого за завтрак 1		688.00	10.92	15.51	68.08	459.72
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		295.00	1.40	0.60	29.10	130.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	38	0,53	2,67	2,27	38
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР (+АЛЛ)	59	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за обед		645.00	17.74	35.43	66.64	635.69
Полдник	КЕФИР	171	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		381.00	7.16	1.58	38.49	200.85
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52	16,8
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	17	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
Итого за ужин 1		569.00	18.91	24.95	73.98	595.68
Итого за день		2581.00	56.13	78.07	276.29	2022.59
Среднее значение за период		2581.00	56.13	78.07	276.29	2022.59

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

			Пищевые вещества	
--	--	--	------------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
06.03.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО	199	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		428.00	8.95	12.80	49.77	354.80
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	57	0,8	4	3,4	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	79	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		713.00	19.18	18.58	81.47	582.15
Полдник	КЕФИР	190	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		255.00	9.86	1.95	48.48	255.04
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	17	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		475.00	11.77	9.81	66.31	399.33
Итого за день		2174.00	51.16	43.74	275.63	1724.32
Среднее значение за период		2174.00	51.16	43.74	275.63	1724.32

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)