

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

05.12.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
	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		688.00	16.57	17.01	99.79	619.32
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 РАСТИТЕЛЬНЫМ 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	54	5,88	3,47	0,48	101,59
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	0,3	12,16	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за обед		834.00	21.19	40.63	65.98	708.34
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		396.00	7.28	6.18	45.67	268.70
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	39	1,15	2,95	4,06	47,56
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	120	1,89	4,4	17,7	132,89
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	59	10,08	3,66	2,67	87
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ	35	1,2	0,13	2,67	16
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за ужин 1		488.00	19.00	33.05	51.53	582.83
Итого за день		2609.00	65.04	97.07	282.77	2265.19
Среднее значение за период		2609.00	65.04	97.07	282.77	2265.19

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
06.12.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	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 КАПУСТ	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	63	9,32	13,23	0	164,19
	СОУС СМЕТАННЫЙ	51	0,6	2,2	2,3	38,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		734.00	20.51	29.40	72.84	584.93
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		256.00	09.04	6.87	48.08	291.48
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	59	1,72	4,42	6,09	71,34
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	150	2,34	9,66	20,43	176,34
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	78	13,44	4,88	3,56	116
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,2	13,89	66,9
Итого за ужин 1		502.00	19.80	19.51	61.96	513.88
Итого за день		2125.00	60.84	68.04	255.54	1839.62
Среднее значение за период		2125.00	60.84	68.04	255.54	1839.62

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)