

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

06.09.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.09.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	149	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	23	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
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
Итого за завтрак 1		686.00	11.71	15.27	91.21	548.76
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	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	179	3,31	3,74	14,98	107,28
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,17	2,32	12,18	79,18
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	59	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94	228,97
Итого за обед		916.00	26.50	49.22	74.88	843.77
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	12	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		371.00	5.06	4.41	33.05	193.82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	28	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	149	0,67	0,83	9,51	36,72
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,87	3,66	29,86	163,48
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		757.00	27.75	27.82	97.75	759.92
Итого за день		3028.00	72.42	97.32	325.99	2476.92
Среднее значение за период		3028.00	72.42	97.32	325.99	2476.92

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.09.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	199	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	23	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		426.00	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	61	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	199	3,68	4,16	16,64	119,2
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВ	79	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		703.00	20.14	36.70	69.72	675.16
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	12	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		211.00	5.62	4.90	25.18	169.00
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНО	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	151	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	35	2,27	0,38	19,41	90,05
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		475.00	22.16	21.70	68.39	547.28
Итого за день		2120.00	58.94	76.30	247.05	1891.10
Среднее значение за период		2120.00	58.94	76.30	247.05	1891.10

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)