

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

08.10.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.10.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	18	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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	150	3,3	10,21	49,55	304,75
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		682.00	12.30	21.34	104.15	658.56
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	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	14	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		566.00	18.43	23.16	53.40	495.32
Полдник	МОЛОКО	179	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	46	3,31	6,84	21,51	173,57
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		425.00	8.37	11.25	54.56	367.39
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,88	3,84	27	166,56
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		589.00	23.86	26.94	61.35	615.09
Итого за день		2465.00	63.96	82.89	293.26	2222.36
Среднее значение за период		2465.00	63.96	82.89	293.26	2222.36

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
09.10.2024						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	18	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		422.00	10.84	12.83	53.63	372.21
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200	1	0,2	19,8	86
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПНОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	230	12,16	23,87	19,85	340,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		621.00	24.30	32.40	86.21	731.17
Полдник	МОЛОКО	199	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	64	4,63	9,57	30,11	243
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		293.00	10.26	14.47	63.23	444.10
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	148	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,56	4,85	33,71	208,94
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
Итого за ужин 1		675.00	27.02	33.41	81.09	776.31
Итого за день		2716.00	73.62	93.41	319.47	2473.29
Среднее значение за период		2716.00	73.62	93.41	319.47	2473.29

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)