

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

09.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	151	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	181	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		692.00	16.57	17.01	99.79	619.32
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	189	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		189.00	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
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	53	6,55	6,33	10,56	121,53
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08	40,96
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,66	0,3	12,16	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	Итого за обед		827.00	26.09	29.19	85.69
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
Итого за полдник		218.00	2.24	1.77	37.30	174.38
Ужин 1	САЛАТ `МОЗАИКА`	38	1,15	2,95	4,06	47,56
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18,73	7,62	20,61	225,83
	СОУС СМЕТАННЫЙ	25	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	7	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,57	55,75
	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
Итого за ужин 1		410.00	22.44	12.38	53.13	425.34
Итого за день		2339.00	68.34	60.55	295.71	1985.59
Среднее значение за период		2339.00	68.34	60.55	295.71	1985.59

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
10.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	201	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	201	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		432.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	189	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		189.00	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
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	63	8,05	7,61	11,81	154,08
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	1,3	4,73	5,13	68,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	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		727.00	21.59	27.80	87.14	626.89
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
Итого за полдник		238.00	2.24	1.77	38.28	178.29
Ужин 1	САЛАТ 'МОЗАИКА'	57	1,72	4,42	6,09	71,34
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,97	10,16	27,48	301,11
	СОУС СМЕТАННЫЙ	43	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	10	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		490.00	29.59	17.33	67.75	561.15
Итого за день		2081.00	64.91	59.16	265.83	1815.66
Среднее значение за период		2081.00	64.91	59.16	265.83	1815.66

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)