

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

07.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	151	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	27	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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		694.00	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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,4	3,96	14,4	142,29
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ160	160	12,26	11,6	8,83	188,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0	0	13,69	48,7
	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		896.00	31.23	41.21	68.92	796.27
Полдник	МОЛОКО	182	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		392.00	6.81	5.81	39.67	239.42
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	124	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
Итого за ужин 1		737.00	34.32	28.70	77.32	694.13
Итого за день		3017.00	85.47	91.59	306.22	2409.23
Среднее значение за период		3017.00	85.47	91.59	306.22	2409.23

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.03.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	201	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	27	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		434.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	192	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		292.00	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	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВО	59	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМ	200	6	4,4	16	158,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 200	200	15,32	14,5	11,03	236,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		670.00	25.14	25.19	59.50	592.59
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	60	3,55	2,8	45	219,6
Итого за полдник		262.00	9.15	7.70	54.30	324.40
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,1	4	20,4
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	142	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	40	2,23	0,37	19,09	88,56
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		472.00	30.18	14.03	65.07	496.33
Итого за день		2133.00	75.49	59.92	262.63	1912.98
Среднее значение за период		2133.00	75.49	59.92	262.63	1912.98

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)