

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

09.09.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	145	3,74	4,53	16,42	122,21
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	169	2,67	2,94	12,77	84,64
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,84	6,47	45,77	272,15
	ЧАЙ С САХАРОМ	178	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		674.00	17.37	16.28	96.61	599.36
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	88	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		88.00	0.79	0.16	7.28	38.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	148	0,14	0,06	10,78	43,73
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за обед		638.00	22.10	37.79	78.98	730.02
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	178	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		388.00	7.16	1.58	38.49	200.85
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,36	0	0,98	5,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	60	13,32	5,46	0	102,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	148	0,03	0	7,63	30,65
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
Итого за ужин 1		464.00	24.37	9.38	50.21	361.47
Итого за день		2255.00	71.79	65.19	271.57	1930.28
Среднее значение за период		2255.00	71.79	65.19	271.57	1930.28

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.09.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	193	4,99	6,03	21,85	162,65
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	179	2,83	3,11	13,52	89,62
Итого за завтрак 1		410.00	12.32	13.26	48.22	359.24
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	93	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		93.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РА	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	178	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		712.00	24.05	21.28	98.55	686.93
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	31	1,77	1,4	22,5	109,8
Итого за полдник		230.00	7.76	1.60	30.49	171.74
Ужин 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	59	0,5	0,1	1,5	8,4
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	178	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		519.00	24.59	12.05	65.09	441.28
Итого за день		1969.00	69.61	48.39	250.45	1702.19
Среднее значение за период		1969.00	69.61	48.39	250.45	1702.19

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)