

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

10.04.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	149	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	21	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
	<b>КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ</b>	150	3,3	10,21	49,55	304,75
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		684.00	12.03	20.75	103.57	651.92
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 МОРКОВИ С СЫРОМ	40	1,35	5,21	2,23	61,86
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	179	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ</b>	40	0,5	2,18	2,61	32,43
Итого за обед		604.00	15.55	21.38	58.50	460.20
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		388.00	6.81	5.81	39.67	239.42
Ужин 1	САЛАТ `ЗИМНИЙ`	39	1,07	2,4	4,6	43,47
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18,73	7,62	20,61	225,83
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	21	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,17	0,17	11,58	55,75
Итого за ужин 1		389.00	21.83	11.76	51.01	407.65
Итого за день		2268.00	57.22	59.90	272.55	1845.19
Среднее значение за период		2268.00	57.22	59.90	272.55	1845.19

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.04.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	199	5,74	4,96	24,26	165,63

	БАТОН	21	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		424.00	10.49	12.06	52.86	363.33
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	194	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		194.00	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 МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	199	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	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		699.00	19.50	25.67	72.18	551.33
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	17	1,2	0,2	10,28	47,6
Итого за полдник		245.00	8.57	6.50	42.08	262.20
Ужин 1	САЛАТ `ЗИМНИЙ`	59	1,6	3,6	6,9	65,2
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,98	10,16	27,48	301,11
	СОУС СМЕТАННЫЙ	29	0,36	1,3	1,36	22,79
	БАТОН	30	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		498.00	29.24	15.61	67.62	539.30
Итого за день		2063.00	68.80	60.04	254.54	1802.16
Среднее значение за период		2063.00	68.80	60.04	254.54	1802.16

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)