

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

10.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
11.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	2,18	4,37	25,3	148,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		730.00	15.22	19.24	73.43	528.88
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	179	1,64	3,35	6,55	70,45
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
Итого за обед		639.00	9.54	17.42	60.36	499.56
Полдник	МОЛОКО	107	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		307.00	5.06	4.41	33.05	193.82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	132	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
Итого за ужин 1		561.00	36.39	34.03	82.11	797.16
Итого за день		2328.00	67.00	75.26	256.23	2058.00
Среднее значение за период		2328.00	67.00	75.26	256.23	2058.00

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
11.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		470.00	14.53	16.36	44.90	386.30
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТ	60	1	4,1	4,5	58,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	199	1,82	3,73	7,27	78,27
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		769.00	11.82	20.92	73.36	609.07
Полдник	МОЛОКО	119	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,64	192,6
Итого за полдник		179.00	5.66	4.90	56.94	297.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С Р	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	152	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	29	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		456.00	16.09	16.69	54.62	453.52
Итого за день		1970.00	48.99	59.07	237.92	1789.29
Среднее значение за период		1970.00	48.99	59.07	237.92	1789.29

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)