

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Трубицина Т.В.)  
10.09.2024

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

| Прием пищи                 | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценность |
|----------------------------|-------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
|                            |                               |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |              |
| 11.09.2024                 |                               |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 1                  | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ          | 150       | 4,57             | 4,3   | 18,77    | 130,88       |
|                            | БАТОН                         | 18        | 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        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
|                            | КАША КУКУРУЗНАЯ               | 150       | 3,38             | 4,43  | 16,5     | 119,25       |
| Итого за завтрак 1         |                               | 684.00    | 12.38            | 15.56 | 71.10    | 473.06       |
| 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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 40        | 0,67             | 2,73  | 3        | 39,27        |
|                            | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ          | 180       | 6,98             | 3,46  | 9,43     | 100,08       |
|                            | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА) | 160       | 8,46             | 16,61 | 13,81    | 236,92       |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                   | 22        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2         |
|                            | БАТОН                         | 14        | 1,2              | 0,2   | 10,28    | 47,6         |
|                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ   | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25        |
| Итого за обед              |                               | 566.00    | 18.43            | 23.16 | 53.40    | 495.32       |
| Полдник                    | МОЛОКО                        | 182       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32        |
|                            | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ          | 48        | 3,31             | 6,84  | 21,51    | 173,57       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                 | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
|                            | ПЕЧЕНЬЕ                       | 20        | 0,02             | 0     | 15,88    | 64,2         |
| Итого за полдник           |                               | 430.00    | 8.37             | 11.25 | 54.56    | 367.39       |
| Ужин 1                     | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ            | 40        | 0,7              | 6,61  | 5,14     | 82,88        |
|                            | ОМЛЕТ                         | 152       | 8,63             | 10,13 | 5,13     | 164,13       |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                   | 22        | 1,12             | 0,16  | 8,8      | 39,2         |
|                            | БАТОН                         | 18        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
|                            | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82         |
|                            | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                | 120       | 1,85             | 2,68  | 8,58     | 73,2         |
|                            | МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)       | 60        | 3,01             | 21,49 | 0        | 184,13       |
| Итого за ужин 1            |                               | 592.00    | 16.92            | 41.35 | 40.54    | 603.86       |
| Итого за день              |                               | 2475.00   | 57.10            | 91.52 | 239.40   | 2025.63      |
| Среднее значение за период |                               | 2475.00   | 57.10            | 91.52 | 239.40   | 2025.63      |

Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Эн.ценность |
|------------|--------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------|
|            |                    |           | Белки            | Жиры | Углеводы |             |

| 11.09.2024                 |                              |         |       |       |        |         |
|----------------------------|------------------------------|---------|-------|-------|--------|---------|
| Завтрак 1                  | КАША МАННАЯ С МАСЛОМ         | 200     | 6,09  | 5,73  | 25,03  | 174,51  |
|                            | БАТОН                        | 18      | 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         |                              | 424.00  | 10.84 | 12.83 | 53.63  | 372.21  |
| 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            | 5       | 0     | 0     | 0      | 0       |
| Итого за на весь день      |                              | 5.00    |       |       |        |         |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТ | 60      | 1     | 4,1   | 4,5    | 58,9    |
|                            | УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ         | 200     | 7,76  | 3,84  | 10,48  | 111,2   |
|                            | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИН  | 230     | 12,16 | 23,87 | 19,85  | 340,57  |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 33      | 1,68  | 0,24  | 13,32  | 58,8    |
|                            | БАТОН                        | 18      | 1,5   | 0,25  | 12,85  | 59,5    |
|                            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ  | 180     | 0     | 0     | 9,7    | 38,7    |
| Итого за обед              |                              | 721.00  | 24.10 | 32.30 | 70.70  | 667.67  |
| Полдник                    | МОЛОКО                       | 202     | 5,6   | 4,9   | 9,3    | 104,8   |
|                            | ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ         | 68      | 4,63  | 9,57  | 30,11  | 243     |
| Итого за полдник           |                              | 270.00  | 10.23 | 14.47 | 39.41  | 347.80  |
| Ужин 1                     | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ           | 60      | 1,05  | 9,92  | 7,71   | 124,32  |
|                            | ОМЛЕТ                        | 151     | 8,63  | 10,13 | 5,13   | 164,13  |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 33      | 1,68  | 0,24  | 13,32  | 58,8    |
|                            | БАТОН                        | 26      | 2,1   | 0,35  | 17,99  | 83,3    |
|                            | ЧАЙ БЕЗ САХАРА               | 180     | 0,11  | 0,03  | 0,04   | 0,82    |
| Итого за ужин 1            |                              | 450.00  | 13.57 | 20.67 | 44.19  | 431.37  |
| Итого за день              |                              | 2070.00 | 59.74 | 80.47 | 227.73 | 1905.05 |
| Среднее значение за период |                              | 2070.00 | 59.74 | 80.47 | 227.73 | 1905.05 |

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

Шеф-повар:\_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)