

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	19	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
	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		683.00	11.18	15.50	79.90	502.61
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	2	0	0	0	0
Итого за на весь день		2.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	37	0,64	2,04	3,08	32,96
	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	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	15	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		563.00	18.40	22.47	53.48	489.01
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	46	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		424.00	8.37	11.25	54.56	367.39
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94	228,97
Итого за ужин 1		569.00	20.23	36.49	36.90	575.50
Итого за день		2441.00	59.18	85.91	244.64	2020.51
Среднее значение за период		2441.00	59.18	85.91	244.64	2020.51

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						

Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51
	БАТОН	19	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		423.00	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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	56	0,96	3,06	4,62	49,44
	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	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		717.00	24.06	31.26	70.82	658.21
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	65	4,63	9,57	30,11	243
Итого за полдник		263.00	10.23	14.47	39.41	347.80
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	149	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	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		447.00	13.57	20.67	44.19	431.37
Итого за день		2053.00	59.70	79.43	227.85	1895.59
Среднее значение за период		2053.00	59.70	79.43	227.85	1895.59

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)