

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

11.09.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.09.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	128	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,62	6,3	36,97	227,26
Итого за завтрак 1		520.00	20.32	24.25	69.97	595.49
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	40	0,6	1,92	1,68	24,16
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,65	4,99	7,69	107,84
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	3,12	4,4	31,28	101,12
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	ПОДЛИВ	30	0,24	1,14	2,1	20,22
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	5,88	0,23	0,4	30,34
Итого за обед		850.00	24.16	16.26	86.64	540.35
Полдник	КЕФИР	183	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		383.00	5.41	0.18	31.87	155.25
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	40	0,46	2,05	2,11	25,35
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	59	11,36	23,87	0,67	250,93
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,65	0,24	12,99	57,87
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за ужин 1		490.00	19.08	50.11	34.70	630.84
Итого за день		2341.00	69.37	91.20	232.48	1966.58
Среднее значение за период		2341.00	69.37	91.20	232.48	1966.58

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
12.09.2024						
Завтрак 1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	148	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	39	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		402.00	15.50	17.60	39.70	398.60
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'ЛЕТНИЙ'	60	0,9	2,88	2,52	36,24
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ	200	5,17	5,54	8,54	119,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ С	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	ПОДЛИВ	50	0,4	1,9	3,5	33,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,79	0,4	20,2	98
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		763.00	20.35	17.91	93.86	558.25
Полдник	КЕФИР	203	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	33	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		266.00	7.82	0.50	47.23	229.64
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С	60	0,69	3,07	3,16	38,02
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	78	15,14	31,82	0,89	334,57
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		499.00	20.76	38.21	38.84	563.27
Итого за день		2035.00	64.83	74.62	229.43	1796.76
Среднее значение за период		2035.00	64.83	74.62	229.43	1796.76

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)