

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

10.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	148	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	25	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 ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		687.00	17.16	20.23	102.68	661.70
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	151	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		151.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,67	2,67	3	38,6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	60	5,35	20,89	0,82	239,27
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	150	0,14	0,06	10,78	43,73
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	179	1,94	3,09	12,09	84,19
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
Итого за обед		836.00	19.60	49.18	89.39	872.63
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
Итого за полдник		428.00	8.26	7.07	58.77	340.11
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,85	2,68	8,58	73,2
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	179	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		558.00	10.35	8.45	50.74	314.06
Итого за день		2663.00	56.37	85.13	321.38	2274.50
Среднее значение за период		2663.00	56.37	85.13	321.38	2274.50

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
13.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	198	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	25	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		427.00	13.01	16.26	67.95	471.18
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	151	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		151.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТ	60	1	4	4,5	57,9
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	199	2,16	3,44	13,44	93,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИ	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА	180	0,17	0,07	12,94	52,48
Итого за обед		717.00	16.41	39.96	83.22	766.20
Полдник	МОЛОКО	197	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
Итого за полдник		247.00	8.80	7.56	35.02	251.09
Ужин 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,27	3,35	10,73	91,5
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	28	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	199	0,89	1,11	12,68	48,96
Итого за ужин 1		436.00	11.46	9.33	50.50	325.76
Итого за день		1983.00	50.68	73.31	256.49	1900.23
Среднее значение за период		1983.00	50.68	73.31	256.49	1900.23

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)