

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

13.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	148	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1,85	2,38	0	29,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАША КУКУРУЗНАЯ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
Итого за завтрак 1		509.00	10.22	11.52	45.89	328.03
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 ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЩИ	179	2,09	2,95	3,74	49,68
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	3,03	3,87	31,68	173,1
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА 60	58	10,61	8,55	2,72	129,94
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	ЩИ	179	2,09	2,95	3,74	49,68
Итого за обед		763.00	20.79	20.94	75.20	569.26
Полдник	КЕФИР	173	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		433.00	8.70	6.34	67.54	366.27
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,44	2,67	1,96	35,11
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (+алл)	119	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ (+алл)	59	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
Итого за ужин 1		397.00	7.27	8.83	36.47	282.12
Итого за день		2200.00	47.38	48.03	234.40	1590.33
Среднее значение за период		2200.00	47.38	48.03	234.40	1590.33

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.01.2025						

Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО	197	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		433.00	9.13	10.05	34.89	266.98
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 ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С Р	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЩИ	199	2,32	3,28	4,16	55,2
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,79	4,84	39,6	216,37
	КУРИНАЯ ПОДЛИВА 80	77	14,14	11,4	3,63	173,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		727.00	24.96	23.47	96.58	692.71
Полдник	КЕФИР	193	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
Итого за полдник		263.00	10.58	8.82	46.81	312.43
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,89	4	4	58,09
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	78	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		496.00	9.44	12.26	43.42	383.35
Итого за день		2024.00	54.51	55.00	231.50	1702.47
Среднее значение за период		2024.00	54.51	55.00	231.50	1702.47

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)