

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

13.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.11.2024						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	150	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	13,38	88,92
	<b>КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ</b>	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		690.00	14.30	16.97	93.76	582.64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		295.00	1.40	0.60	29.10	130.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,67	3,93	3,27	55,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	60	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0	0	13,69	48,7
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ</b>	180	2,59	2,06	13,82	84,24
<b>МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)</b>	60	3,01	21,49	0	184,13	
Итого за обед		830.00	20.33	38.69	84.37	742.10
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		379.00	6.59	0.38	26.27	138.65
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52	16,8
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	21	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	150	0,1	0,03	0,03	0,76
	<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ</b>	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	<b>ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ</b>	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		556.00	19.45	18.37	84.92	544.11
Итого за день		2753.00	62.07	75.01	318.42	2138.15
Среднее значение за период		2753.00	62.07	75.01	318.42	2138.15

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
14.11.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	200	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		430.00	9.55	12.40	53.87	368.40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		300.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ	60	1	5,9	4,9	82,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		720.00	19.21	20.41	84.52	613.79
Полдник	КЕФИР	199	5,99	0,2	7,99	61,94
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		234.00	08.09	0.55	25.98	145.24
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		461.00	11.75	9.81	66.31	399.14
Итого за день		2150.00	50.00	43.77	260.28	1659.57
Среднее значение за период		2150.00	50.00	43.77	260.28	1659.57

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

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)