

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

14.02.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	БАТОН	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		697.00	11.71	15.27	91.21	548.76
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 `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	179	5,4	3,96	14,4	142,29
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ160	160	12,26	11,6	8,83	188,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0	0	13,69	48,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94	228,97
Итого за обед		901.00	31.23	41.21	68.92	796.27
Полдник	КЕФИР	183	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		393.00	7.16	1.58	38.49	200.85
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	123	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	38	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,88	3,84	27	166,56
Итого за ужин 1		701.00	21.76	17.24	86.69	590.79
Итого за день		2990.00	73.26	75.90	314.41	2267.32
Среднее значение за период		2990.00	73.26	75.90	314.41	2267.32

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
17.02.2025						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	32	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		437.00	9.62	12.40	54.16	366.66
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	196	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		296.00	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 `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВО	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМ	199	6	4,4	16	158,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 200	200	15,32	14,5	11,03	236,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		677.00	25.14	25.19	59.50	592.59
Полдник	КЕФИР	204	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	55	3,25	2,57	41,25	201,3
Итого за полдник		259.00	9.24	2.77	49.24	263.24
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,1	4	20,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	142	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	47	2,21	0,37	18,91	87,73
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		479.00	16.89	13.22	59.17	425.97
Итого за день		2153.00	62.29	54.18	251.67	1781.46
Среднее значение за период		2153.00	62.29	54.18	251.67	1781.46

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)