

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

17.09.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.09.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,84	6,47	45,77	272,15
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		732.00	20.88	21.34	93.90	652.22
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	102	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		102.00	0.79	0.16	7.28	38.58
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,47	2,73	1,53	33,73
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	179	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	4,3	2,9	3,29	68,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		599.00	11.38	12.89	50.40	393.86
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за полдник		381.00	5.06	4.41	33.05	193.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	129	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,82	2,68	8,58	73,2
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за ужин 1		581.00	29.99	39.16	50.80	663.62
Итого за день		2398.00	68.10	77.96	235.43	1942.09
Среднее значение за период		2398.00	68.10	77.96	235.43	1942.09

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.09.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	27	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		472.00	14.53	16.36	44.90	386.30
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	108	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		108.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РА	60	0,7	4,1	2,3	50,6
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	199	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВО	80	12,19	7,43	3,75	131,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	22	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		734.00	22.24	21.33	62.50	565.17
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,64	192,6
Итого за полдник		261.00	5.66	4.90	56.94	297.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	149	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	38	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		457.00	29.85	17.81	57.09	510.38
Итого за день		2037.00	73.17	60.60	229.53	1802.25
Среднее значение за период		2037.00	73.17	60.60	229.53	1802.25

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)