

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

15.11.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.11.2024						
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-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,17	2,32	12,18	79,18
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	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
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
Итого за обед		894.00	20.93	32.37	85.68	708.51
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		398.00	7.28	6.18	45.67	268.70
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	131	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	40	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
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	120	4,36	8,74	16	159,97
Итого за ужин 1		711.00	23.32	26.98	81.50	654.41
Итого за день		2998.00	64.64	81.40	333.16	2311.03
Среднее значение за период		2998.00	64.64	81.40	333.16	2311.03

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
18.11.2024						
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)	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 "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВО	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВ	70	8,69	20,43	8,91	243,51
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		712.00	18.90	33.78	73.24	659.99
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	38	2,25	1,78	28,5	139,08
Итого за полдник		238.00	7.85	6.68	37.80	243.88
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬН	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	151	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	50	2,22	0,37	19	88,15
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		491.00	22.11	21.69	67.98	545.38
Итого за день		2183.00	59.88	75.15	262.78	1948.91
Среднее значение за период		2183.00	59.88	75.15	262.78	1948.91

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)