

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

18.09.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.09.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	152	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	182	2,61	2,25	13,38	88,92
	<b>КАША КУКУРУЗНАЯ</b>	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		695.00	10.92	15.51	68.08	459.72
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	199	0,75	0,15	14,81	64,34
	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		294.00	1.15	0.55	24.11	108.99
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 РАСТИТЕЛЬНЫМ	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	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	<b>МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)</b>	60	3,01	21,49	0	184,13
Итого за обед		653.00	17.89	36.71	68.49	656.79
Полдник	КЕФИР	179	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		389.00	7.16	1.58	38.49	200.85
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	29	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	<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		575.00	19.38	18.34	92.52	574.00
Итого за день		2609.00	56.50	72.69	291.69	2000.35
Среднее значение за период		2609.00	56.50	72.69	291.69	2000.35

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.09.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО	202	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	202	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		435.00	8.95	12.80	49.77	354.80
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	35	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		725.00	19.39	20.50	83.99	612.62
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		264.00	9.86	1.95	48.48	255.04
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	23	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		479.00	11.68	9.78	75.42	435.10
Итого за день		2208.00	51.28	45.63	287.26	1890,56
Среднее значение за период		2208.00	51.28	45.63	287.26	1890,56

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

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