

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

17.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,11
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,53	6,53	37,34	233,66
Итого за завтрак 1		509.00	14.28	17.80	88.55	571.06
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	5,4	3,96	14,4	142,29
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ160	154	12,26	11,6	8,83	188,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	155	8,19	19,35	4,95	229,46
Итого за обед		886.00	31.25	41.25	63.32	780.31
Полдник	МОЛОКО	180	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	35,3
Итого за полдник		380.00	5.06	4.41	33.05	193.82
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	108	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	28	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
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,66	18,14	38,07	402,3
Итого за ужин 1		716.00	37.54	31.54	97.76	826.53
Итого за день		2694.00	89.13	95.20	302.48	2457.72
Среднее значение за период		2694.00	89.13	95.20	302.48	2457.72

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	

20.01.2025						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		429.00	9.81	13.56	62.03	409.69
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВО	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМ	200	6	4,4	16	158,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 200	192	15,32	14,5	11,03	236,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		664.00	25.14	25.19	54.71	572.97
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		230.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,1	4	20,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	123	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	БАТОН	35	2,15	0,36	18,42	85,44
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		448.00	16.83	13.21	58.68	423.68
Итого за день		1976.00	58.41	57.06	228.34	1693.44
Среднее значение за период		1976.00	58.41	57.06	228.34	1693.44

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)