

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицин)
19.08.2024Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
20.08.2024					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	147	3.38	4.43	16.5
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	8	1.85	2.38	0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0.8	1	11.41
	КАША КУКУРУЗНАЯ	150	3.38	4.43	16.5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8
Итого за завтрак 1		686.00	10.91	12.49	66.06
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	0.75	0.15	14.89
Итого за завтрак 2		200.00	0.75	0.15	14.89
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0
Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.46	2.67	3.67
	ЩИ	180	2.09	2.95	3.74
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2.86	4.03	28.67
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5.92	5.92	2.39
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1.12	0.16	8.8
	БАТОН	18	1.2	0.2	10.28
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0.15	0.08	11.63
	Итого за обед		575.00	13.80	16.01
Полдник	КЕФИР	158	5.39	0.18	7.19
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.28	6.16	27.73
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88
Итого за полдник		408.00	8.69	6.34	59.60
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1.88	7.73	2.79
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2.53	3.13	11.4
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	59	2.59	2.79	2.16
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.68	0.24	13.32
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	147	0.03	0	7.63
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0.59	2	2.6
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1.89	2.06	1.71
Итого за ужин 1		610.00	13.53	21.89	53.61
Итого за день		2482.00	47.68	56.88	263.34
Среднее значение за период		2482.00	47.68	56.88	263.34

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
20.08.2024					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	196	4.5	5.9	22
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	198	0.89	1.11	12.68
Итого за завтрак 1		430.00	9.89	11.13	47.53
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0.69	4	5.5
	ЩИ	200	2.32	3.28	4.16
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7.89	7.89	3.19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.68	0.24	13.32
	БАТОН	32	2.1	0.35	17.99
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96
Итого за обед		727.00	18.76	21.35	97.22
Полдник	КЕФИР	176	5.99	0.2	7.99
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4.59	8.62	38.82
Итого за полдник		246.00	10.58	8.82	46.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2.82	11.6	4.18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3.66	4.1	2.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1.68	0.24	13.32
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	177	0.04	0	9.15
Итого за ужин 1		489.00	11.37	19.86	43.60
Итого за день		2097.00	51.60	61.36	254.96
Среднее значение за период		2097.00	51.60	61.36	254.96

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		
			Белки	Жиры	Углеводы
20.08.2024					
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	196	4.5	5.9	22
	БАТОН	23	1.5	0.25	12.85
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3.87	0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	198	0.89	1.11	12.68
Итого за завтрак 1		430.00	9.89	11.13	47.53
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0.2	19.8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.2	0.1	15.51
Итого за завтрак 2		400.00	1.20	0.30	35.31
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0
Итого за на весь день		5.00			
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0.69	4	5.5
	ЩИ	200	2.32	3.28	4.16

	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3.9	5.5	39.1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7.89	7.89	3.19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.68	0.24	13.32
	БАТОН	32	2.1	0.35	17.99
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.18	0.09	13.96
Итого за обед		727.00	18.76	21.35	97.22
Полдник	КЕФИР	176	5.99	0.2	7.99
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4.59	8.62	38.82
Итого за полдник		246.00	10.58	8.82	46.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2.82	11.6	4.18
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	149	3.17	3.92	14.25
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3.66	4.1	2.7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1.68	0.24	13.32
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	177	0.04	0	9.15
Итого за ужин 1		489.00	11.37	19.86	43.60
Итого за день		2297.00	51.80	61.46	270.47
Среднее значение за период		2297.00	51.80	61.46	270.47

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)

а Т.В.)

Эн.ценность
119.25
59.5
29.21
44.06
119.25
35.3
406.57
64.66
64.66
0
40.67
49.68
92.69
102
39.2
47.6
47.63
419.47
55.75
178.92
35.3
64.2
334.17
88.71
101.86
55.7
58.8
30.65
31.93
112.93
69.43
550.01
1774.88
1774.88

Эн.ценность

Эп.ценность

159

59.5

47.47

48.96

314.93

86

86.00

0

61

55.2

126.4

136

58.8

83.3

57.15

577.85

61.94

250.49

312.43

133.07

127.33

102.35

58.8

36.78

458.33

1749.54

1749.54

Эн.ценность

159

59.5

47.47

48.96

314.93

86

63.5

149.50

0

61

55.2

126.4
136
58.8
83.3
57.15
577.85
61.94
250.49
312.43
133.07
127.33
102.35
58.8
36.78
458.33
1813.04
1813.04