

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

20.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	151	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО С МОЛОКОМ	181	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,62	6,3	36,97	227,26
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		692.00	15.06	15.39	88.31	557.91
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,38	0,38	9,31	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.38	0.38	9.31	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП ГОРОХОВЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ 180	180	1,66	1,83	12,1	92,9
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за обед		643.00	22.07	20.83	80.93	643.17
Полдник	КЕФИР	176	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПЕЧЕНЬЕ	20	4	2	24	119,98
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		376.00	9.39	2.18	39.99	211.03
Ужин 1	САЛАТ "ДЕРЕВЕНСКИЙ"	39	1,68	3,68	2,28	48,8
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ (+АЛЛ)	60	13,32	5,46	0	102,6
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
Итого за ужин 1		478.00	20.45	15.56	55.28	418.25
Итого за день		2317.00	67.35	54.34	273.82	1875.01
Среднее значение за период		2317.00	67.35	54.34	273.82	1875.01

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
21.01.2025						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	202	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО С МОЛОКОМ	201	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		439.00	12.36	12.62	49.46	367.58
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		100.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РА	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП ГОРОХОВЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИ	200	1,84	2,03	13,44	103,22
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		719.00	20.78	19.73	98.13	682.02
Полдник	КЕФИР	195	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПЕЧЕНЬЕ	30	4	2	24	119,98
Итого за полдник		225	9.99	2.20	31.99	181.92
Ужин 1	САЛАТ `ДЕРЕВЕНСКИЙ`	58	2,52	5,52	3,42	73,2
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		520.00	26.57	17.47	66.66	504.60
Итого за день		2028.00	70.10	52.42	256.04	1783.12
Среднее значение за период		2028.00	70.10	52.42	256.04	1783.12

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)