

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

21.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	140	4,68	4,57	22,16	118,98
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАША "ДРУЖБА" НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	150	2,31	4,62	19,5	129,23
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		493.00	8.54	13.59	63.36	380.51
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	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 ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ 160	160	11,3	6,96	19,31	187,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	160	8,46	16,61	13,81	236,92
Итого за обед		711.00	28.53	29.92	62.43	635.56
Полдник	МОЛОКО	182	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАТОН	14	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		376.00	6.24	4.61	27.45	177.22
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	151	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5,88	3,84	27	166,56
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		590.00	23.79	26.91	70.46	651.05
Итого за день		2370.00	68.10	75.23	243.50	1930.34
Среднее значение за период		2370.00	68.10	75.23	243.50	1930.34

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

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

22.01.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	187	6,24	6,1	29,55	158,64
	БАТОН	18	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		410.00	7.79	10.50	52.23	294.85
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	197	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		197.00	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 ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТ	60	1	4,1	4,5	58,9
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦ	200	14,13	8,7	24,14	234,8
	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		672.00	24.57	16.88	62.14	502.40
Полдник	МОЛОКО	202	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАТОН	21	1,8	0,3	15,42	71,4
Итого за полдник		223.00	7.40	5.20	24.72	176.20
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	151	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	24	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		447.00	13.50	20.64	53.30	467.33
Итого за день		1954.00	54.26	53.42	212.19	1526.78
Среднее значение за период		1954.00	54.26	53.42	212.19	1526.78

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)