

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)
 21.08.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.08.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	149	3.61	3.79	21.34	127.76
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2.61	2.25	13.38	88.92
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6.53	6.53	37.34	233.66
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1		688.00	14.30	16.97	93.76	582.64
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	115	0.79	0.16	7.28	38.58
Итого за завтрак 2		115.00	0.79	0.16	7.28	38.58
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 РАСТИТЕЛЬНОМ	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	57	6.55	6.33	10.56	121.53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	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
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3.01	21.49	0	184.13
Итого за обед		644.00	17.89	36.71	68.49	656.79
Полдник	КЕФИР	157	5.39	0.18	7.19	55.75
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за полдник		367.00	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	21	1.38	0.25	10.13	49
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0.03	0	7.63	30.65
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3.09	4.11	22.37	83.41
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5.92	5.92	2.39	102
Итого за ужин 1		564.00	19.38	18.34	92.52	574.00
Итого за день		2381.00	59.52	73.76	300.54	2052.86
Среднее значение за период		2381.00	59.52	73.76	300.54	2052.86

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.08.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	199	5.1	5.5	26.1	172.6
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2.9	2.5	14.87	98.8
Итого за завтрак 1		428.00	9.55	12.40	53.87	368.40
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	120	0.89	0.2	8.1	43
Итого за завтрак 2		120.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0

Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1	5.9	4.9	82.8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	2.88	2.29	15.36	93.6
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	150	3.25	3.08	12.67	96.58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	9.2	8.7	13.5	176.09
	БАТОН	25	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	20	1.2	0.2	10.28	47.6
Итого за обед		180	0.18	0.09	13.96	57.15
Итого за обед		712.00	19.39	20.50	83.99	612.62
Полдник	КЕФИР	174	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
Итого за полдник		204.00	7.76	1.60	30.49	171.74
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	17	1.12	0.16	8.8	39.2
	БАТОН	33	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		470.00	11.68	9.78	75.42	435.10
Итого за день		1939.00	49.27	44.48	251.87	1630.86
Среднее значение за период		1939.00	49.27	44.48	251.87	1630.86

Категория: аллергии

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.08.2024						
Завтрак 1	КАША 'АССОРТИ'	199	5.1	5.5	26.1	172.6
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2.9	2.5	14.87	98.8
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.84	7.84	44.81	280.39
Итого за завтрак 1		200	0	0	9.78	39.21
Итого за завтрак 1		808.00	17.39	20.24	108.46	688.00
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	120	0.89	0.2	8.1	43
Итого за завтрак 2		120	0.89	0.2	8.1	43
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1	5.9	4.9	82.8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	2.88	2.29	15.36	93.6
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	150	3.25	3.08	12.67	96.58
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	9.2	8.7	13.5	176.09
	БАТОН	25	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	20	1.2	0.2	10.28	47.6
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	180	0.18	0.09	13.96	57.15
	Итого за обед		81	10.8	15.33	0
Итого за обед		793.00	30.19	35.83	83.99	802.87
Полдник	КЕФИР	174	5.99	0.2	7.99	61.94
	ПРЯНИКИ	30	1.77	1.4	22.5	109.8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78	39.21
Итого за полдник		404.00	7.76	1.60	40.27	210.95
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	17	1.12	0.16	8.8	39.2
	БАТОН	33	2.1	0.35	17.99	83.3

	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0.04	0	9.15	36.78
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7.89	7.89	3.19	136
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4.22	5.61	30.5	113.74
Итого за ужин 1		700.00	23.79	23.28	109.11	684.84
Итого за день		3030.00	80.22	81.25	365.44	2493.16
Среднее значение за период		3030.00	80.22	81.25	365.44	2493.16

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)