

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)
22.08.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.08.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	152	4.04	5.42	16.76	131.66
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	182	2.88	2.43	14.13	90.63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	150	3.3	10.21	49.55	304.75
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за завтрак 1		694.00	11.77	22.46	102.14	659.34
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	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0.47	2.73	1.53	33.73
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	178	2.81	3.67	7.27	75.6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2.53	3.13	11.4	101.86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	60	4.37	13.03	6.77	159.35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1.12	0.16	8.8	39.2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2.59	2.06	13.82	84.24
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2.34	3.94	12	112.93
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	60	3.01	21.49	0	184.13
Итого за обед		928.00	19.24	50.21	69.67	823.29
Полдник	МОЛОКО	184	5.04	4.41	8.37	94.32
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	50	3.6	3	27.2	152
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0.02	0	15.88	64.2
Итого за полдник		434.00	8.66	7.41	60.25	345.82
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0.7	6.61	5.14	82.88
	ОМЛЕТ	153	8.63	10.13	5.13	164.13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	23	1.8	0.3	15.42	71.4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7.33	29.41
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	120	5.88	3.84	27	166.56
Итого за ужин 1		516.00	18.69	21.12	73.34	573.18
Итого за день		2675.00	58.76	101.60	315.20	2448.63
Среднее значение за период		2675.00	58.76	101.60	315.20	2448.63

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.08.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	203	5.39	7.22	22.35	175.55
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3.2	2.7	15.7	100.7
Итого за завтрак 1		435.00	10.14	14.32	50.95	373.25
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 СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	61	0.7	4.1	2.3	50.6
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	198	3.12	4.08	8.08	84
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.17	3.92	14.25	127.33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5.83	17.37	9.03	212.46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
Итого за обед		699.00	14.50	29.71	56.68	571.89
Полдник	МОЛОКО	205	5.6	4.9	9.3	104.8
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	70	5.04	4.2	38.08	212.8
Итого за полдник		275.00	10.64	9.10	47.38	317.60
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1.05	9.92	7.71	124.32
	ОМЛЕТ	153	8.63	10.13	5.13	164.13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	27	2.1	0.35	17.99	83.3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
Итого за ужин 1		450.00	13.46	20.64	52.95	465.85
Итого за день		1964.00	49.14	74.17	217.76	1775.59
Среднее значение за период		1964.00	49.14	74.17	217.76	1775.59

Категория: аллергии

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.08.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	203	5.39	7.22	22.35	175.55
	БАТОН	25	1.5	0.25	12.85	59.5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0.05	4.15	0.05	37.5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	202	3.2	2.7	15.7	100.7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	200	4.4	13.61	66.06	406.33
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78	39.21
Итого за завтрак 1		835.00	14.54	27.93	126.79	818.79
Завтрак 2	ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47
Итого за завтрак 2		100	0.4	0.4	9.8	47
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	61	0.7	4.1	2.3	50.6
	СУП-ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	198	3.12	4.08	8.08	84
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.17	3.92	14.25	127.33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5.83	17.37	9.03	212.46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9.7	38.7
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.92	4.92	15	141.14
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)	80	4.02	28.65	0	245.51
Итого за обед		929.00	21.64	63.38	87.19	1022.04
Полдник	МОЛОКО	205	5.6	4.9	9.3	104.8
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	70	5.04	4.2	38.08	212.8
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9.78	39.21
Итого за полдник		475.00	10.64	9.10	57.16	356.81
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1.05	9.92	7.71	124.32
	ОМЛЕТ	153	8.63	10.13	5.13	164.13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.68	0.24	13.32	58.8
	БАТОН	27	2.1	0.35	17.99	83.3

	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8.8	35.3
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	150	5.56	4.85	33.71	208.94
Итого за ужин 1		600.00	19.02	25.49	86.66	674.79
Итого за день		3344.00	66.44	126.40	383.11	2982.93
Среднее значение за период		3344.00	66.44	126.40	383.11	2982.93

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)