

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

24.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	149	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	179	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША ДРУЖБА НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	150	2,31	4,62	19,5	129,23
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за завтрак 1		729.00	15.35	19.49	67.63	509.30
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	86	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		86.00	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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	41	0,67	2,73	3	39,27
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	180	1,64	3,35	6,55	70,45
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,91
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	4,3	2,9	3,29	68,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		597.00	11.27	13.28	52.00	409.87
Полдник	МОЛОКО	178	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
Итого за полдник		378.00	5.06	4.41	33.05	193.81
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	131	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
Итого за ужин 1		561.00	36.63	34.58	80.44	791.81
Итого за день		2354.00	69.10	71.92	240.40	1943.37
Среднее значение за период		2354.00	69.10	71.92	240.40	1943.37

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

			Пищевые вещества	
--	--	--	------------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
25.06.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	199	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	199	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		469.00	14.53	16.36	44.90	386.30
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	91	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		91.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТ	62	1	4,1	4,5	58,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	201	1,82	3,73	7,27	78,27
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	139	3,59	4,58	37,39	204,72
	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВО	80	12,19	7,43	3,75	131,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		720.00	21.48	20.28	86.21	618.14
Полдник	МОЛОКО	198	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		228.00	5.63	4.90	33.12	201.10
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С Р	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	151	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		477.00	16.33	17.24	53.93	452.08
Итого за день		1988.00	58.86	58.98	226.26	1700.62
Среднее значение за период		1988.00	58.86	58.98	226.26	1700.62

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)