

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

25.12.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн. ценность |
|----------------------------|---|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 27.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 151 | 3,7 | 3,88 | 17,99 | 121,49 |
| | БАТОН | 24 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 181 | 2,88 | 2,43 | 14,13 | 90,63 |
| | КАША "ГЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 150 | 2,19 | 4,62 | 15,58 | 113,08 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за завтрак 1 | | 691.00 | 10.32 | 15.33 | 69.40 | 457.50 |
| 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 | МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ | 40 | 0,39 | 0,03 | 5,84 | 23,76 |
| | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ | 180 | 6,12 | 7,56 | 7,65 | 132,75 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ | 60 | 1,89 | 2,06 | 1,71 | 69,43 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 16 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| | ЩИ | 180 | 2,09 | 2,95 | 3,74 | 49,68 |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ | 120 | 2,34 | 3,94 | 12 | 112,93 |
| Итого за обед | | 866.00 | 16.48 | 19.83 | 59.22 | 561.86 |
| Полдник | МОЛОКО | 182 | 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 | | 432.00 | 8.66 | 7.41 | 60.25 | 345.82 |
| 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 | 24 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 29 | 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 | | 514.00 | 18.69 | 21.12 | 73.34 | 573.18 |
| Итого за день | | 2606.00 | 54.55 | 64.09 | 272.01 | 1985.36 |
| Среднее значение за период | | 2606.00 | 54.55 | 64.09 | 272.01 | 1985.36 |

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|----------------------------|-----------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 27.12.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ | 201 | 4,87 | 5,3 | 25,56 | 168,96 |
| | БАТОН | 24 | 1,5 | 0,25 | 12,85 | 59,5 |
| | МАСЛО ПОРЦИЯМИ | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,5 |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 201 | 3,2 | 2,7 | 15,7 | 100,7 |
| Итого за завтрак 1 | | 431.00 | 9.62 | 12.40 | 54.16 | 366.66 |
| 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 | МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ | 60 | 0,59 | 0,05 | 8,76 | 35,65 |
| | СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ | 200 | 6,8 | 8,4 | 8,5 | 147,5 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,17 | 3,92 | 14,25 | 127,33 |
| | РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ | 80 | 2,51 | 2,74 | 2,29 | 92,57 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 24 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| Итого за обед | | 694.00 | 14.75 | 15.35 | 56.82 | 500.55 |
| Полдник | МОЛОКО | 202 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА` | 70 | 5,04 | 4,2 | 38,08 | 212,8 |
| Итого за полдник | | 272.00 | 10.64 | 9.10 | 47.38 | 317.60 |
| 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 | 24 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 34 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0 | 0 | 8,8 | 35,3 |
| Итого за ужин 1 | | 449.00 | 13.46 | 20.64 | 52.95 | 465.85 |
| Итого за день | | 1951.00 | 48.87 | 57.89 | 221.11 | 1697.66 |
| Среднее значение за период | | 1951.00 | 48.87 | 57.89 | 221.11 | 1697.66 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)