

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ (Трубицина Т.В.)

27.05.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	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	180	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	35,3
Итого за завтрак 1		731.00	15.35	19.49	67.63	509.31
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	92	0,79	0,16	7,28	38,58
Итого за завтрак 2		92.00	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	38	0,67	2,73	3	39,27
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	178	1,64	3,35	6,55	70,45
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	60	1,89	2,06	1,71	69,43
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	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		638.00	9.46	17.34	55.02	476.23
Полдник	МОЛОКО	181	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	35,3
Итого за полдник		381.00	5.06	4.41	33.05	193.82
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,5	2,18	2,61	32,43
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	129	12,68	12,2	18,69	247,31
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1
	БАТОН	21	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,65	18,13	38,07	402,13
Итого за ужин 1		560.00	36.39	34.03	79.82	787.87
Итого за день		2405.00	67.05	75.43	242.80	2005.81
Среднее значение за период		2405.00	67.05	75.43	242.80	2005.81

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
28.05.2025						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	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	200	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		471.00	14.53	16.36	44.90	386.30
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	97	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		97.00	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	57	1	4,1	4,5	58,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ вегетар.	197	1,82	3,73	7,27	78,27
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	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		766.00	11.73	20.83	66.96	581.08
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,64	192,6
Итого за полдник		261.00	5.66	4.90	56.94	297.40
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С Ф	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	148	12,88	11,75	20,25	253,88
	СОУС СМЕТАННЫЙ	49	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	37	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9,78	39,21
Итого за ужин 1		494.00	16.33	17.57	54.24	463.53
Итого за день		2092.00	49.14	59.86	231.14	1771.31
Среднее значение за период		2092.00	49.14	59.86	231.14	1771.31

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)