

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	
28.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	147	4,04	5,42	16,76	131,66
	БАТОН	15	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	177	2,88	2,43	14,13	90,63
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		674.00	12.05	16.81	89.98	558.93
Завтрак 2	ЯБЛОКО	95	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		95.00	0.40	0.40	9.30	44.65
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	1,43	4,03	3,11	54,12
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	181	5,4	3,96	14,4	142,29
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ160	160	12,26	11,6	8,83	188,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	150	0	0	13,69	48,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	160	8,17	19,31	4,94	228,97
Итого за обед		882.00	31.23	41.21	68.92	796.27
Полдник	ЧАЙ С МОЛОКОМ	178	0,8	1	11,41	44,06
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		396.00	3.04	2.77	48.71	218.44
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	40	0,53	0,07	2,67	13,6
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	9,83	9,46	14,49	191,71
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	33	0,36	1,32	3,66	32,4
	БАТОН	18	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЛОВ С МЯСОМ	160	21,66	18,14	38,07	402,3
Итого за ужин 1		531.00	34.29	29.32	74.35	712.23
Итого за день		2581.00	81.01	90.51	291.26	2330.52
Среднее значение за период		2581.00	81.01	90.51	291.26	2330.52

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	

28.12.2024						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	196	5,39	7,22	22,35	175,55
	БАТОН	15	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	196	3,2	2,7	15,7	100,7
Итого за завтрак 1		412.00	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 `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВО	58	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМ	201	6	4,4	16	158,1
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 200	200	15,32	14,5	11,03	236,19
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ЯБЛОК	180	0	0	14,49	58,32
Итого за обед		654.00	25.14	25.19	59.50	592.59
Полдник	ЧАЙ С МОЛОКОМ	198	0,89	1,11	12,68	48,96
	ПРЯНИКИ	38	2,25	1,78	28,5	139,08
Итого за полдник		236.00	3.14	2.89	41.18	188.04
Ужин 1	МОРКОВЬ ПОРЦИЯМИ	60	0,8	0,1	4	20,4
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	99	8,44	7,7	13,28	166,45
	СОУС СМЕТАННЫЙ СЛАДКИЙ	54	0,6	2,2	6,1	54
	БАТОН	22	2,3	0,38	19,63	91,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		435.00	12.27	10.41	43.05	332.92
Итого за день		1842.00	51.09	53.21	204.48	1533.80
Среднее значение за период		1842.00	51.09	53.21	204.48	1533.80

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)