

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий  (Трубицина Т.В.)

29.01.2025

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.01.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	146	3,61	3,79	21,34	127,76
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	179	2,61	2,25	13,38	88,92
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		663.00	14.30	16.97	93.76	582.64
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		200.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	38	0,53	2,67	2,27	38
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,6	2,46	10,13	77,26
	БИТОЧКИ ИЗ КУР (+алл)	58	6,55	6,33	10,56	121,53
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2,59	2,06	13,82	84,24
Итого за обед		763.00	17.33	16.02	81.31	539.70
Полдник	КЕФИР	176	5,39	0,18	7,19	55,75
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за полдник		394.00	7.63	1.95	44.49	230.13
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	40	0,6	0,04	3,52	16,8
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	6,26	7,67	28,49	208,84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
Итого за ужин 1		596.00	19.46	18.37	84.93	544.17
Итого за день		2619.00	59.72	53.51	324.29	1982.64
Среднее значение за период		2619.00	59.72	53.51	324.29	1982.64

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

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

30.01.2025						
Завтрак 1	КАША `АССОРТИ`	194	5,1	5,5	26,1	172,6
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	199	2,9	2,5	14,87	98,8
Итого за завтрак 1		421.00	9.55	12.40	53.87	368.40
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	202	1	0,2	19,8	86
Итого за завтрак 2		202.00	1.00	0.20	19.80	86.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	58	0,8	4	3,4	57
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,67	96,58
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	78	9,2	8,7	13,5	176,09
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		713.00	19.19	18.60	82.49	586.82
Полдник	КЕФИР	196	5,99	0,2	7,99	61,94
	ПРЯНИКИ	38	2,24	1,77	28,5	139,08
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за полдник		266.00	10.33	2.32	54.48	284.32
Ужин 1	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,52	9,21	34,2	250,62
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за ужин 1		491.00	11.77	9.81	66.31	399.33
Итого за день		2098.00	51.84	43.33	276.95	1724.87
Среднее значение за период		2098.00	51.84	43.33	276.95	1724.87

Исполнитель: Медсестра _____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар: _____ (Профатило Н.В.)