

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий  (Трубицина Т.В.)  
26.08.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

| Прием пищи                 | Наименование блюда                                                   | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн. ценность |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|--------------|
|                            |                                                                      |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |              |
| 30.08.2024                 |                                                                      |           |                  |       |          |              |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ                                              | 150       | 4,3              | 3,71  | 18,19    | 124,24       |
|                            | БАТОН                                                                | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ                                                       | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5         |
|                            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                                     | 180       | 2,88             | 2,43  | 14,13    | 90,63        |
|                            | КАША ПШЕНИЧНАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ                                        | 150       | 7,84             | 6,47  | 45,77    | 272,15       |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                                        | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
| Итого за завтрак 1         |                                                                      | 690.00    | 16.57            | 17.01 | 99.79    | 619.32       |
| 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                       | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ<br>КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И<br>РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ | 40        | 0,71             | 2,58  | 2,84     | 38,04        |
|                            | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ                                               | 179       | 3,17             | 3,65  | 7,99     | 87,77        |
|                            | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ                                                    | 110       | 3,09             | 4,11  | 22,37    | 83,41        |
|                            | БИТОЧКИ ИЗ КУР                                                       | 61        | 6,55             | 6,33  | 10,56    | 121,53       |
|                            | СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ                                             | 30        | 0,78             | 2,84  | 3,08     | 40,96        |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                          | 30        | 1,66             | 0,3   | 12,16    | 58,8         |
|                            | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА                                              | 150       | 0,14             | 0,06  | 10,78    | 43,73        |
|                            | МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА)                                              | 60        | 3,01             | 21,49 | 0        | 184,13       |
|                            | Итого за обед                                                        |           | 660.00           | 19.11 | 41.36    | 69.78        |
| Полдник                    | МОЛОКО                                                               | 134       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32        |
|                            | ПРЯНИКИ                                                              | 30        | 1,77             | 1,4   | 22,5     | 109,8        |
|                            | ЧАЙ С САХАРОМ                                                        | 180       | 0                | 0     | 8,8      | 35,3         |
| Итого за полдник           |                                                                      | 344.00    | 6.81             | 5.81  | 39.67    | 239.42       |
| Ужин 1                     | САЛАТ `МОЗАИКА`                                                      | 39        | 1,15             | 2,95  | 4,06     | 47,56        |
|                            | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ                                          | 150       | 18,73            | 7,62  | 20,61    | 225,83       |
|                            | СОУС СМЕТАННЫЙ                                                       | 29        | 0,36             | 1,32  | 1,37     | 23,1         |
|                            | БАТОН                                                                | 20        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5         |
|                            | ЧАЙ БЕЗ САХАРА                                                       | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82         |
|                            | РИС ОТВАРНОЙ                                                         | 120       | 2,4              | 2,64  | 27,24    | 138,96       |
|                            | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ                                                | 60        | 5,92             | 5,92  | 2,39     | 102          |
|                            | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ                                                      | 39        | 1,2              | 0,13  | 2,67     | 16           |
| Итого за ужин 1            |                                                                      | 637.00    | 31.37            | 20.86 | 71.23    | 613.77       |
| Итого за день              |                                                                      | 2534.00   | 74.86            | 85.24 | 300.27   | 2216.88      |
| Среднее значение за период |                                                                      | 2534.00   | 74.86            | 85.24 | 300.27   | 2216.88      |

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи                 | Наименование блюда           | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|----------------------------|------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                            |                              |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 30.08.2024                 |                              |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1                  | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ      | 200       | 5,74             | 4,96  | 24,26    | 165,63      |
|                            | БАТОН                        | 25        | 1,5              | 0,25  | 12,85    | 59,5        |
|                            | МАСЛО ПОРЦИЯМИ               | 5         | 0,05             | 4,15  | 0,05     | 37,5        |
|                            | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК             | 200       | 3,2              | 2,7   | 15,7     | 100,7       |
| Итого за завтрак 1         |                              | 430.00    | 10.49            | 12.06 | 52.86    | 363.33      |
| 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            | 5         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за на весь день      |                              | 5.00      |                  |       |          |             |
| Обед                       | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТ | 60        | 1                | 4     | 4,9      | 59,7        |
|                            | СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ       | 199       | 3,52             | 4,05  | 8,88     | 97,52       |
|                            | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ            | 150       | 4,22             | 5,61  | 30,5     | 113,74      |
|                            | БИТОЧКИ ИЗ КУР               | 82        | 9,2              | 8,7   | 13,5     | 176,09      |
|                            | СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ     | 50        | 1,3              | 4,73  | 5,13     | 68,27       |
|                            | ХЛЕБ РЖАНОЙ                  | 30        | 1,68             | 0,24  | 13,32    | 58,8        |
|                            | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ИЗЮМА      | 180       | 0,17             | 0,07  | 12,94    | 52,48       |
| Итого за обед              |                              | 751.00    | 21.09            | 27.40 | 89.17    | 626.60      |
| Полдник                    | МОЛОКО                       | 149       | 5,6              | 4,9   | 9,3      | 104,8       |
|                            | ПРЯНИКИ                      | 30        | 1,77             | 1,4   | 22,5     | 109,8       |
|                            | БАТОН                        | 0         | 0                | 0     | 0        | 0           |
| Итого за полдник           |                              | 179.00    | 7.37             | 6.30  | 31.80    | 214.60      |
| Ужин 1                     | САЛАТ `МОЗАИКА`              | 59        | 1,72             | 4,42  | 6,09     | 71,34       |
|                            | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ  | 200       | 24,97            | 10,16 | 27,48    | 301,11      |
|                            | СОУС СМЕТАННЫЙ               | 48        | 0,6              | 2,2   | 2,3      | 38,5        |
|                            | БАТОН                        | 29        | 2,1              | 0,35  | 17,99    | 83,3        |
|                            | ЧАЙ БЕЗ САХАРА               | 180       | 0,11             | 0,03  | 0,04     | 0,82        |
| Итого за ужин 1            |                              | 516.00    | 29.50            | 17.16 | 53.90    | 495.07      |
| Итого за день              |                              | 2081.00   | 69.45            | 63.12 | 247.53   | 1785.60     |
| Среднее значение за период |                              | 2081.00   | 69.45            | 63.12 | 247.53   | 1785.60     |

Исполнитель: Медсестра\_\_\_\_\_ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:\_\_\_\_\_ (Профатило Н.В.)