

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	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150	4,04	5,42	16,76	131,66
	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 "ГЕРКУЛЕСОВАЯ" ЖИДКАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	150	2,19	4,62	15,58	113,08
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		690.00	10.66	16.87	68.17	467.67
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	185	6,12	7,56	7,65	132,75
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (+алл)	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ (+алл)	60	4,37	13,03	6,77	159,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ЩИ СО СМЕТАНОЙ вегетар. 180	176	1,26	3,29	5,58	62,28
Итого за обед		752.00	15.79	27.20	54.12	551.45
Полдник	МОЛОКО	180	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		430.00	8.66	7.41	60.25	345.82
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	31	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0	0	7,33	29,41
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,86	3,65	29,91	163,47
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	4,22	15,6	4,88	170,72
Итого за ужин 1		583.00	19.89	36.53	81.13	740.81
Итого за день		2558.00	55.40	88.41	273.47	2152.75
Среднее значение за период		2558.00	55.40	88.41	273.47	2152.75

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
31.01.2025						
Завтрак 1	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55
	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	10.14	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	МОРКОВЬ ПРОТЕРТАЯ С САХАРОМ	60	0,59	0,05	8,76	35,65
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КУРЫ	206	6,8	8,4	8,5	147,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ	80	5,83	17,37	9,03	212,46
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		708.00	18.07	29.98	63.56	620.44
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА`	70	5,04	4,2	38,08	212,8
Итого за полдник		270.00	10.64	9.10	47.38	317.60
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32
	ОМЛЕТ	150	8,63	10,13	5,13	164,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,3
Итого за ужин 1		458.00	13.46	20.64	52.95	465.85
Итого за день		1971.00	52.71	74.44	224.64	1824.14
Среднее значение за период		1971.00	52.71	74.44	224.64	1824.14

Исполнитель: Медсестра_____ (Игнатова А.В.)

Шеф-повар:_____ (Профатило Н.В.)