



Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.07.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,37
	БАТОН	13	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,62	6,3	36,97	227,26
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		670.00	15.23	16.11	78.94	519.15
Завтрак 2	СОК	200	1	0,2	19,78	85,91
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	200	0,12	0,03	0,04	0,91
Итого за завтрак 2		400.00	1.12	0.23	19.82	86.82
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3,31	3,74	14,98	107,28
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,86
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	53	8,54	7,2	4,43	122,25
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	10	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,08	11,63	47,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 10	180	2,59	2,06	13,82	84,24
Итого за обед		919.00	20.50	18.91	95.28	640.61
Полдник	ЙОГУРТ	169	5,22	4,5	19,8	140,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за полдник		369.00	5.35	4.53	35.72	205.42
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,48
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	58	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	10	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	Итого за ужин 1		390.00	10.80	7.62	54.76
Итого за день		2751.00	53.00	47.40	284.52	1772.25

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ (Суворова И.Б.)

01.07.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
02.07.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	13	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША ЯЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,74	7,56	44,36	272,71
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		786.00	19.16	20.82	92.51	632.12
Завтрак 2	СОК	200	1	0,2	19,78	85,91
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 2		400.00	1.13	0.23	19.82	86.92
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	71	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	10	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 4	200	2,88	2,29	15,36	93,6
Итого за обед		1070.00	25.61	24.18	116.73	792.42
Полдник	ЙОГУРТ	188	5,8	5	22	156
	ПЕЧЕНЬЕ	50	0,05	0	39,7	160,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	КЕФИР	182	5,99	0,2	7,99	61,94
Итого за полдник		620.00	11.97	5.23	69.73	379.45
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ	60	1	4,1	4,5	58,9
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	77	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	12	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		497.00	14.43	10.37	71.99	432.38
Итого за день		3378.00	72.30	60.83	370.78	2323.29

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)