

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
 02.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	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 РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 10	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 1		690.00	11.71	15.27	91.21	548.76
Завтрак 2	ЯБЛОКО	112	0,4	0,4	9,3	44,65
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		292.00	0.51	0.43	9.34	45.47
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	180	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	7,93	15,57	12,95	222,11
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за обед		708.00	18.03	22.00	52.41	479.96
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за полдник		410.00	8.35	7.10	34.13	241.43
Ужин 1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	6,61	5,14	82,88
	ОМЛЕТ	130	10,21	11,78	4,16	162,5
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 10	110	3,09	4,11	22,37	83,41
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ гр 10	60	1,89	2,06	1,71	69,43	
Итого за ужин 1		563.00	18.62	25.00	55.07	497.74
Итого за день		2666.00	57.22	69.80	242.16	1813.36

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
 02.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценно сть
			Белки	Жиры	Углеводы	
03.07.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	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
	КАША РИСОВАЯ	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 4	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 1		810.00	13.92	17.87	108.81	651.08
Завтрак 2	ЯБЛОКО	117	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		297.00	0.51	0.43	9.84	47.82
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	10,57	20,76	17,26	296,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		874.00	22.62	29.12	68.55	624.87
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	4,48	3,72	36,01	204,81
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		470.00	10.21	8.65	45.35	310.62
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	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 4	150	4,22	5,61	30,5	113,74
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ гр 4	80	2,51	2,74	2,29	92,57	
Итого за ужин 1		684.00	20.30	29.02	76.98	637.68
Итого за день		3140.00	67.56	85.09	309.53	2272.07

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)