



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Суворова И.Б.)

06.08.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.08.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
Итого за завтрак 1		398.00	13.04	14.87	39.33	344.78
Завтрак 2	СОК	200	1	0,2	19,78	85,91
	ЯБЛОКО	118	0,38	0,38	9,33	44,73
Итого за завтрак 2		318.00	1.38	0.58	29.11	130.64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ (ясли)	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,93
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
Итого за обед		657.00	13.14	15.94	55.69	451.98
Полдник	МОЛОКО	181	5,04	4,41	8,37	94,32
	БАРАНКА	50	4,25	0,75	40,2	130
Итого за полдник		231.00	9.29	5.16	48.57	224.32
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,29
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		398.00	25.16	14.99	42.22	406.29
Итого за день		2005.00	62.01	51.54	214.92	1558.01

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

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





Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
07.08.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	201	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	23	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 2,8	180	4,3	5,47	44,87	245,21
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 2,8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 8	25	1,98	0,35	20,48	93
Итого за завтрак 1		874.00	20.94	22.21	110.29	725.52
Завтрак 2	СОК	200	1	0,2	19,78	85,91
	ЯБЛОКО	124	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 8	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		524.00	1.40	0.60	39.36	172.12
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,5	57,9
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	18	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		957.00	18.16	20.33	69.49	584.64
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	БАРАНКА	50	4,25	0,75	40,2	130
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 2,8	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 8	50	0,05	0	39,7	160,5
Итого за полдник		501.00	10.03	5.68	89.24	396.31
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	29	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	32	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр	200	10,21	24,13	6,17	286,21
	ХЛЕБЦЫ гр 8	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за ужин 1		681.00	42.43	42.36	87.83	908.19
Итого за день		3542.00	92.96	91.18	396.21	2786.78

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)  
Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)