



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий \_\_\_\_\_ (Суворова И.Б.)

08.07.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.07.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,25
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	9	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 10	150	6,53	6,53	37,34	233,66
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ гр 10	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		713.00	16.21	15.50	94.52	568.210
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	118	0,89	0,2	8,1	43
Итого за завтрак 2		118.00	0.89	0.20	8.10	43.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	ЩИ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,15	0,07	11,63	47,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за обед		724.00	13.90	16.03	69.21	420.230
Полдник	КЕФИР	178	5,39	0,18	7,19	55,75
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,92
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ гр 10	30	2,37	0,42	24,57	111,6
Итого за полдник		438.00	11.15	6.79	59.53	347.090
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,86
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ гр 10	60	1,89	2,06	1,71	69,43
Итого за ужин 1		453.00	9.31	10.22	38.82	348.370
Итого за день		2449.00	51.46	48.74	270.18	1726.900

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

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





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

(Суворова И.Б.)

08.07.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
09.07.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	16	4,36	5,63	0	69,05
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 4	200	8,71	8,71	49,79	311,54
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		820.00	20.00	21.52	96.09	644.16
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	118	0,89	0,2	8,1	43
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 2		298.00	1.00	0.23	8.14	43.82
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	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
Итого за обед		913.00	18.87	21.38	97.26	578.67
Полдник	КЕФИР	198	5,99	0,2	7,99	61,94
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		468.00	10.71	8.85	46.85	313.44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	79	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ гр 4	80	2,51	2,74	2,29	92,57
Итого за ужин 1		578.00	11.96	14.00	45.61	465.73
Итого за день		3082.00	62.54	65.98	293.95	2045.82

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

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