



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Суворова И.Б.)

09.08.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Ясли

| Прием пищи            | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |       |          | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
|                       |  |           | Белки            | Жиры  | Углеводы |             |
| 12.08.2024            |  |           |                  |       |          |             |
| Завтрак 1             | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ                  | 150       | 3,7              | 3,88  | 17,99    | 121,49      |
|                       | БАТОН                                  | 21        | 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       |
| Итого за завтрак 1    |  | 356.00    | 8.13             | 10.71 | 45.02    | 309.12      |
| Завтрак 2             | АПЕЛЬСИН                               | 148       | 0,89             | 0,2   | 8,1      | 43          |
| Итого за завтрак 2    |  | 148.00    | 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 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ       | 35        | 1,43             | 4,03  | 3,11     | 54,12       |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ                  | 180       | 3,31             | 3,74  | 14,98    | 107,28      |
|                       | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ     | 120       | 2,17             | 2,32  | 12,18    | 79,18       |
|                       | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)    | 58        | 7,45             | 17,51 | 7,64     | 208,73      |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 50        | 1,38             | 0,25  | 10,13    | 49          |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 150       | 0                | 0     | 8,08     | 32,25       |
| Итого за обед         |  | 592.00    | 15.74            | 27.85 | 56.12    | 530.56      |
| Полдник               | МОЛОКО                                 | 180       | 5,04             | 4,41  | 8,37     | 94,32       |
|                       | ПРЯНИКИ                                | 30        | 1,77             | 1,4   | 22,5     | 109,8       |
| Итого за полдник      |  | 210.00    | 6.81             | 5.81  | 30.87    | 204.12      |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 40        | 0,46             | 2,67  | 3,67     | 40,67       |
|                       | СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ                       | 127       | 15,43            | 12,24 | 25,8     | 271,85      |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                         | 50        | 0,6              | 2,2   | 2,3      | 38,5        |
|                       | БАТОН                                  | 25        | 1,79             | 0,3   | 15,3     | 70,83       |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 150       | 0,67             | 0,83  | 9,51     | 36,72       |
| Итого за ужин 1       |  | 391.00    | 18.95            | 18.24 | 56.58    | 458.57      |
| Итого за день         |  | 1700.00   | 50.52            | 62.81 | 196.69   | 1545.37     |

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 |             |
| 12.08.2024            |  |           |                  |        |          |             |
| Завтрак 1             | КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ                  | 200       | 4,87             | 5,3    | 25,56    | 168,96      |
|                       | БАТОН                                  | 21        | 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 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                            | 30        | 2,37             | 0,42   | 24,57    | 111,6       |
| Итого за завтрак 1    |  | 836.00    | 16.42            | 18.32  | 123.64   | 724.48      |
| Завтрак 2             | АПЕЛЬСИН                               | 147       | 0,89             | 0,2    | 8,1      | 43          |
|                       | ЧАЙ С САХАРОМ гр 8                     | 200       | 0                | 0      | 9,78     | 39,21       |
| Итого за завтрак 2    |  | 347.00    | 0.89             | 0.20   | 17.88    | 82.21       |
| На весь день          | Соль йодированная                      | 5         | 0                | 0      | 0        | 0           |
| Итого за на весь день |  | 5.00      |                  |        |          |             |
| Обед                  | САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ              | 55        | 2,14             | 6,05   | 4,66     | 81,18       |
|                       | СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ                  | 200       | 3,68             | 4,16   | 16,64    | 119,2       |
|                       | СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ            | 149       | 2,71             | 2,9    | 15,22    | 98,98       |
|                       | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ              | 78        | 9,93             | 23,35  | 10,18    | 278,3       |
|                       | ХЛЕБ РЖАНОЙ                            | 69        | 2,83             | 0,4    | 22,42    | 98,96       |
|                       | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ            | 180       | 0                | 0      | 9,7      | 38,7        |
|                       | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 2,8                | 200       | 2,88             | 2,29   | 15,36    | 93,6        |
|                       | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 8                    | 180       | 0,11             | 0,03   | 0,04     | 0,82        |
| Итого за обед         |  | 1111.00   | 24.28            | 39.18  | 94.22    | 809.74      |
| Полдник               | МОЛОКО                                 | 200       | 5,6              | 4,9    | 9,3      | 104,8       |
|                       | ПРЯНИКИ                                | 60        | 3,55             | 2,8    | 45       | 219,6       |
|                       | 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      |  | 510.00    | 9.33             | 7.73   | 94.04    | 485.91      |
| Ужин 1                | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60        | 0,69             | 4      | 5,5      | 61          |
|                       | СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ                       | 147       | 17,8             | 14,12  | 29,77    | 313,67      |
|                       | СОУС СМЕТАННЫЙ                         | 48        | 0,6              | 2,2    | 2,3      | 38,5        |
|                       | БАТОН                                  | 32        | 2,19             | 0,37   | 18,76    | 87,04       |
|                       | ЧАЙ С МОЛОКОМ                          | 180       | 0,8              | 1      | 11,41    | 44,06       |
|                       | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 2,8               | 150       | 4,22             | 5,61   | 30,5     | 113,74      |
|                       | РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ гр 2,8          | 80        | 16,44            | 8,84   | 5,44     | 167,45      |
| Итого за ужин 1       |  | 697.00    | 42.74            | 36.14  | 103.68   | 825.46      |
| Итого за день         |  | 3506.00   | 93.66            | 101.57 | 433.46   | 2927.80     |

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

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