

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
 12.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
15.07.2024						
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 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		710.00	13.40	15.58	98.83	588.68
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	87	0,4	0,4	9,3	44,65
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		467.00	1.40	0.60	37.90	165.95
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	39	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	102	2,17	2,32	12,18	79,18
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	60	7,45	17,51	7,64	208,73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,38	0,25	10,13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8,08	32,25
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 10	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за обед		937.00	18.73	30.17	71.52	624.98
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	ХЛЕБЦЫ гр 10	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за полдник		430.00	8.52	6.12	47.29	279.53
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр 10	150	7,66	18,1	4,63	214,66
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0,09	0,03	0,03	0,68
ХЛЕБЦЫ гр 10	20	1,58	0,28	16,38	74,4	
Итого за ужин 1		720.00	28.29	36.65	77.74	748.88
Итого за день		3267.00	70.34	89.12	333.28	2408.02

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	
15.07.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	169
	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 РАССЫПЧАТАЯ гр 4	180	4,3	5,47	44,87	245,2
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		810.00	14.05	17.90	99.07	612.88
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	91	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		291.00	1.40	0.60	29.60	133.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	58	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 СОУСЕ	129	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 4	200	2,88	2,29	15,36	93,6
	Итого за обед		878.00	23.02	38.99	85.08
Полдник	МОЛОКО	201	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	60	3,55	2,8	45	219,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		461.00	9.28	7.73	54.34	325.41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,7
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	37	2,22	0,37	18,98	88,06
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	СВИНИНА ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ гр 4	200	10,21	24,13	6,17	286,2
Итого за ужин 1		677.00	32.32	45.82	74.13	831.50
Итого за день		3122.00	80.07	111.04	342.22	2671.55

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)