



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Суворова И.Б.)

16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 17.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ | 150 | 4,3 | 3,71 | 18,19 | 124,24 |
| | 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 С МАСЛОМ гр 10 | 150 | 3,7 | 3,88 | 17,99 | 121,49 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ гр 10 | 180 | 2,61 | 2,25 | 13,38 | 88,92 |
| Итого за завтрак 1 | | 690.00 | 15.04 | 16.67 | 76.59 | 522.28 |
| Завтрак 2 | АПЕЛЬСИН | 111 | 0,89 | 0,2 | 8,1 | 43 |
| Итого за завтрак 2 | | 111.00 | 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 ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 40 | 0,59 | 2 | 2,6 | 31,93 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 180 | 2,59 | 2,06 | 13,82 | 84,24 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,53 | 3,13 | 11,4 | 101,86 |
| | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ | 60 | 4,37 | 13,03 | 6,77 | 159,35 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 18 | 1,12 | 0,16 | 8,8 | 39,2 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0 | 0 | 8,08 | 32,25 |
| Итого за обед | | 568.00 | 11.20 | 20.38 | 51.47 | 448.83 |
| Полдник | МОЛОКО | 180 | 5,04 | 4,41 | 8,37 | 94,32 |
| | БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА' | 50 | 3,6 | 3 | 27,2 | 152 |
| Итого за полдник | | 230.00 | 8.64 | 7.41 | 35.57 | 246.32 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ | 40 | 2,12 | 6,82 | 6,23 | 94,61 |
| | ОМЛЕТ | 150 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 31 | 1,8 | 0,3 | 15,42 | 71,4 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 150 | 0,03 | 0 | 7,63 | 30,65 |
| Итого за ужин 1 | | 398.00 | 14.26 | 17.49 | 47.73 | 419.59 |
| Итого за день | | 2000.00 | 50.03 | 62.15 | 219.46 | 1680.02 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий (Суворова И.Б.)

16.05.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Эн.ценность |
|-----------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 17.05.2024 | | | | | | |
| Завтрак 1 | КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ | 200 | 5,74 | 4,96 | 24,26 | 165,63 |
| | 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 | 245,21 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4 | 200 | 0,13 | 0,03 | 0,04 | 1,01 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ гр 7 | 25 | 1,38 | 0,25 | 10,13 | 49 |
| Итого за завтрак 1 | | 835.00 | 16.30 | 17.81 | 107.90 | 658.55 |
| Завтрак 2 | АПЕЛЬСИН | 111 | 0,89 | 0,2 | 8,1 | 43 |
| Итого за завтрак 2 | | 111.00 | 0.89 | 0.20 | 8.10 | 43.00 |
| На весь день | Соль йодированная | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за на весь день | | 5.00 | | | | |
| Обед | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | 60 | 0,9 | 3 | 3,9 | 47,9 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 200 | 2,88 | 2,29 | 15,36 | 93,6 |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,17 | 3,92 | 14,25 | 127,33 |
| | ЗРАЗЫ ИЗ СВИНИНЫ | 80 | 5,83 | 17,37 | 9,03 | 212,46 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0 | 0 | 9,7 | 38,7 |
| | ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр 4,7 | 80 | 7,89 | 7,89 | 3,19 | 136 |
| Итого за обед | | 780.00 | 22.35 | 34.71 | 68.75 | 714.79 |
| Полдник | МОЛОКО | 200 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 |
| | БУЛОЧКА 'ВЕСНУШКА' | 70 | 5,04 | 4,2 | 38,08 | 212,8 |
| | ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4 | 200 | 0,13 | 0,03 | 0,04 | 1,01 |
| Итого за полдник | | 470.00 | 10.77 | 9.13 | 47.42 | 318.61 |
| Ужин 1 | САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ | 60 | 3,18 | 10,23 | 9,34 | 141,92 |
| | ОМЛЕТ | 150 | 8,63 | 10,13 | 5,13 | 164,13 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 1,68 | 0,24 | 13,32 | 58,8 |
| | БАТОН | 36 | 2,1 | 0,35 | 17,99 | 83,3 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 0,04 | 0 | 9,15 | 36,78 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 4,7 | 150 | 4,22 | 5,61 | 30,5 | 113,74 |
| | РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ гр 4,7 | 80 | 17,76 | 7,28 | 0 | 136,8 |
| Итого за ужин 1 | | 686.00 | 37.61 | 33.84 | 85.43 | 735.47 |
| Итого за день | | 2887.00 | 87.92 | 95.69 | 317.60 | 2470.42 |

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)