



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Суворова И.Б.)
18.07.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.07.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,3	3,71	18,19	124,24
	БАТОН	24	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	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	25	1,98	0,35	20,48	93
Итого за завтрак 1		714.00	14.40	15.48	103.13	610.03
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	150	0,89	0,2	8,1	43
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		330.00	0.89	0.20	16.90	78.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
	Итого за на весь день		3.00			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С	43	0,28	2,04	1,15	24,79
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180	3,17	3,65	7,99	87,77
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	150	0,28	0	12,2	49,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,38	0,25	10,13	49
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 10	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за обед		827.00	16.71	15.39	79.17	436.34
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 10	40	0,04	0	31,76	128,4
Итого за полдник		439.00	6.41	4.64	66.33	335.34
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,71	2,58	2,84	38,04
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18,73	7,62	20,61	225,83
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	1,56	5,68	6,16	81,92
	БАТОН	34	2,13	0,35	18,2	84,29
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ гр 10	30	0,12	1,14	1,08	16,02
	ХЛЕБЦЫ гр 10	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		514.00	24.94	17.68	65.31	521.32
Итого за день		2827.00	63.35	53.39	330.84	1981.33

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



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Суворова И.Б.)
18.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
19.07.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	24	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
Итого за завтрак 1		809.00	14.92	17.56	97.77	609.55
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	150	0,89	0,2	8,1	43
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 4	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		350.00	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 ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	65	0,5	3,1	1,7	36,4
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98
Итого за обед		710.00	17.36	14.60	72.94	442.84
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		449.00	6.96	5.13	43.44	249.71
Ужин 1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	1	4	4,9	59,7
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	18,73	7,62	20,61	225,83
	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	0,78	2,84	3,08	40,96
	БАТОН	33	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ гр 4	50	0,2	1,9	1,8	26,7
Итого за ужин 1		503.00	22.92	16.74	48.42	437.31
Итого за день		2826.00	63.05	54.23	280.45	1821.62

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)