



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
19.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	150	6,2	6,87	29,51	205,1
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	26	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 ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,53	6,53	37,34	233,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		736.00	21.84	22.90	114.60	751.72
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	106	0,83	0,17	7,64	40,49
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		286.00	0.83	0.17	16.44	75.79
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	КАПУСТА	180	1,94	3,1	12,1	84,24
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2	120	2,46	3,33	22,12	105,5
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	60	5,35	20,89	0,82	239,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	150	0	0	8,08	32,25
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр 10	60	4,22	15,6	4,88	170,7
Итого за обед		806.00	17.56	45.97	74.21	776.01
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 10	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		440.00	8.38	7.10	57.95	337.73
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	5,42	8,41	35,66	242,8
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	26	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	КАПУСТА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	150	2,69	6,26	3,13	80,46
	МЯСО ОТВАРНОЕ (СВИНИНА) гр 10	60	3,01	21,49	0	184,1
Итого за ужин 1		634.00	14.05	36.60	65.08	626.76
Итого за день		2905.00	62.66	112.74	328.28	2568.01

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



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
 19.07.2024
 Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
22.07.2024						
Завтрак 1	КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ	200	8,26	9,16	39,35	273,48
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (20 гр)	20	2,59	2,29	0,2	31,5
	БАТОН	26	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 ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 4	180	7,84	7,84	44,81	280,39
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		831.00	23.57	26.42	113.00	784.08
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	106	0,89	0,2	8,1	43
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 4	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		306.00	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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	60	1	4	4,5	57,9
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	80	7,13	27,85	1,09	319,02
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ	180	0	0	9,7	38,7
	КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр 4	80	5,63	20,8	6,51	227,63
	Итого за обед		797.00	21.87	60.69	86.49
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		450.00	8.93	7.59	35.06	252.10
Ужин 1	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	18	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	36	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за ужин 1		484.00	10.76	11.75	78.98	466.89
Итого за день		2873.00	66.02	106.65	331.41	2565.33

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