



Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	3,38	4,43	16,5	119,3
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,31	2,98	0	36,52
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ гр 10	150	3,58	4,56	37,39	204,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ХЛЕБЦЫ гр 10-2 чел	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		715.00	13.26	13.53	94.57	538.89
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	180	0	0	8,8	35,3
	ЯБЛОКО	124	0,4	0,4	9,3	44,65
Итого за завтрак 2		504.00	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 ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ ЦИ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ	180	2,09	2,95	3,74	49,68
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	110	2,86	4,03	28,67	92,69
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,92	5,92	2,39	102
	БАТОН	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ гр 10	153	0,15	0,07	11,61	47,52
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ гр 10	60	1	4	4,5	57,9
Итого за обед		643.00	14.80	20.00	73.66	477.26
Полдник	ЙОГУРТ	181	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	6,16	27,73	178,9
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр 10 -2 чел	30	0,03	0	23,82	96,3
Итого за полдник		441.00	8.64	10.69	71.39	416.44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	40	1,88	7,73	2,79	88,71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,13	11,4	101,9
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60	2,59	2,79	2,16	55,7
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ гр 10	60	12,33	6,63	4,08	125,6
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ гр 10	40	0,67	2,73	3	39,27
Итого за ужин 1		500.00	21.71	23.25	44.38	500.58
Итого за день		2806.00	59.81	68.07	321.90	2099.12

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Суворова И.Б.)

22.07.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
23.07.2024						
Завтрак 1	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	18	4,15	5,36	0	65,73
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	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		803.00	15.38	18.01	91.17	574.51
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	131	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		331.00	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 ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	80	7,89	7,89	3,19	136
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	184	0,18	0,09	13,96	57,15
Итого за обед		741.00	18.76	21.35	97.22	577.85
Полдник	ЙОГУРТ	201	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		471.00	10.52	13.65	60.86	407.50
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	3,92	14,25	127,33
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,7	102,35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	1,68	0,24	13,32	58,8
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ гр4	80	16,44	8,84	5,44	167,45
Итого за ужин 1		582.00	27.81	28.70	49.04	625.78
Итого за день		2933.00	73.87	82.31	327.89	2318.64

Исполнитель: Медсестра _____ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: _____ (Пухтынова Е.В.)