



Меню приготавливаемых блюд  
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углевод ы	
24.07.2024						
Завтрак к 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	150	3,53	3,68	12	94,35
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,43	14,13	90,63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА гр	150	4,22	5,61	30,5	113,7
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10-2 чел	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		749.00	18.95	20.79	86.25	533.74
Завтрак к 2	ГРУША	164	0,38	0,31	10,31	47
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	180	0	0	8,8	35,3
Итого за завтрак 2		344.00	0.38	0.31	19.11	82.30
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	43	0,47	2,73	1,53	33,73
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180	1,95	2,96	6,42	59,96
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,34	3,94	12	112,9
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	59	5,32	1,2	2,93	58,05
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,08	0,08	13,42	55,58
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0,1	0,03	0,03	0,76
Итого за обед		793.00	13.18	16.20	60.01	472.91
Полдн ик	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,03	0	23,82	96,3
	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		420.00	5.21	4.44	56.05	287.74
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	7,4	50,53
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	130	22,66	10,89	22,51	280,3
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РИС ПРИПУШЕННЫЙ С МАСЛОМ	120	3,12	4,4	31,28	101,1
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ	60	5,92	5,92	2,39	102
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ гр	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	ХЛЕБЦЫ гр 10	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за ужин 1		639.00	36.39	28.17	94.85	720.70
Итого за день		2948.00	74.11	69.91	316.27	2097.39

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ (Суворова И.Б.)  
23.07.2024

Меню приготавливаемых блюд

Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
24.07.2024						
Завтрак 1	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8
	БАТОН	24	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,08	4,36	0,3	62,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 4	180	5,06	6,73	36,6	136,49
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за завтрак 1		849.00	19.72	23.12	81.54	523.80
Завтрак 2	ГРУША	164	0,38	0,31	10,31	47
Итого за завтрак 2		164.00	0.38	0.31	10.31	47.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	65	0,7	4,1	2,3	50,6
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,14
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	79	7,1	1,6	3,9	77,4
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	19	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,09	0,09	16,1	66,69
Итого за обед		774.00	17.84	20.49	73.65	604.51
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,64	192,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		460.00	5.79	4.93	56.98	298.41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,89	3	11,1	75,8
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ гр 4	150	3,9	5,5	39,1	126,4
	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА СВИНИНЫ гр 4	80	7,89	7,89	3,19	136
Итого за ужин 1		684.00	41.64	31.20	99.38	772.78
Итого за день		2936.00	85.37	80.05	321.86	2246.50

Исполнитель: Медсестра \_\_\_\_\_ (Кузьминых С.С.)

Шеф-повар: \_\_\_\_\_ (Пухтынова Е.В.)