



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий (Суворова И.Б.)
 26.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	150	3,7	3,88	17,99	121,49
	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 РАССЫПЧАТАЯ гр 10	150	3,58	4,56	37,39	204,34
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
Итого за завтрак 1		690.00	11.82	15.30	82.45	514.28
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	139	0,89	0,2	8,1	43
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 10	150	0	0	7,33	29,41
Итого за завтрак 2		289.00	0.89	0.20	15.43	72.41
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ 'СТЕПНОЙ' ИЗ РАЗНЫХ	37	1.43	4.03	3.11	54.12
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	3.31	3.74	14.98	107.28
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ	120	2.17	2.32	12.18	79.18
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	60	7.45	17.51	7.64	208.73
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1.38	0.25	10.13	49
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0	0	8.08	32.25
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ гр гр 10	120	2.6	2.46	10.13	77.26
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0.1	0.03	0.03	0.76
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 10	180	2.59	2.06	13.82	84.24
Итого за обед		1023.00	21.03	32.40	80.10	692.82
Полдник	МОЛОКО	180	5,04	4,41	8,37	94,32
	ПЕЧЕНЬЕ	30	1,77	1,4	22,5	109,8
	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	6.95	5.84	54.73	301.24
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,46	2,67	3,67	40,67
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	130	15,43	12,24	25,8	271,85
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	30	1,8	0,3	15,42	71,4
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,67	0,83	9,51	36,72
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 10	110	3,09	4,11	22,37	83,41
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ гр 10	60	12,33	6,63	4,08	125,59
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ гр 10	40	0,67	2,73	3	39,27
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	150	0,09	0,03	0,03	0,68
Итого за ужин 1		759.00	35.14	31.74	86.18	708.09
Итого за день		3184.00	75.83	85.48	318.89	2288.84

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



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ (Суворова И.Б.)
26.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
29.07.2024						
Завтрак 1	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,87	5,3	25,56	168,96
	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	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		810.00	14.05	17.90	99.07	612.88
Завтрак 2	АПЕЛЬСИН	139	0,89	0,2	8,1	43
	ЧАЙ С САХАРОМ гр 4	200	0	0	9,78	39,21
Итого за завтрак 2		339.00	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 `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ	56	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В	149	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ БИТОЧКИ ШНИЦЕЛИ	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ гр 4	200	2,88	2,29	15,36	93,6
Итого за обед		896.00	23.02	38.99	85.08	768.76
Полдник	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПЕЧЕНЬЕ	60	3,55	2,8	45	219,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
Итого за полдник		460.00	9.28	7.73	54.34	325.41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,69	4	5,5	61
	СЫРНИКИ С ИЗЮМОМ	149	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	48	0,6	2,2	2,3	38,5
	БАТОН	37	2,22	0,37	18,98	88,06
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ гр 4	150	4,22	5,61	30,5	113,74
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ гр 4	80	16,44	8,84	5,44	167,45
Итого за ужин 1		904.00	42.90	36.17	103.94	827.49
Итого за день		3414.00	90.14	100.99	360.31	2616.75

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