



Меню приготавливаемых блюд
Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценн ость
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2024						
Завтр ак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,71	4,5	16,31	121,4
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	1,62	2,09	0	25,56
	КАКАО НА МОЛОКЕ	170	2,67	2,94	12,77	84,64
	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	20	1,58	0,28	16,38	74,4
Итого за завтрак 1		702,00	14,77	14,65	95,74	570,63
Завтр ак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	64	0,4	0,4	9,8	47
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за завтрак 2		444,00	1,51	0,63	29,64
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,59	2	2,6	31,93
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,5
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,63	3,35	27,37	149,9
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59	8,54	7,2	4,43	122,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,38	0,25	10,13	49
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0,15	0	10,73	44,63
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,67	2,73	3	39,27
	Итого за обед		804,00	19,88	19,00	81,97
Полдн ик	ЙОГУРТ	187	5,22	4,5	19,8	140,4
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	120
	ХЛЕБЦЫ гр 10	30	2,37	0,42	24,57	111,6
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 10	180	0,11	0,03	0,04	0,82
	Итого за полдник		447,00	11,70	6,95	68,41
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,47	2,73	1,53	33,73
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	2,46	3,33	22,12	105,5
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	5,32	1,2	2,93	58,05
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150	0,03	0	7,63	30,65
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С ДУКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	40	0,61	2,58	2,58	36,89
	Итого за ужин 1		450,00	11,21	10,20	55,87
Итого за день		2850,00	59,07	51,43	331,63	2015,73

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



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий (Суворова И.Б.)
29.07.2024

Меню приготавливаемых блюд
Категория: Сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
30.07.2024						
Завтрак 1	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,96	6	21,74	161,81
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	КАША РИСОВАЯ	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		798.00	16.72	18.73	93.02	604.62
Завтрак 2	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,8	86
	ЯБЛОКО	128	0,8	0,8	19,6	94
Итого за завтрак 2		328.00	1.80	1.00	39.40	180.00
На весь день	Соль йодированная	5	0	0	0	0
Итого за на весь день		5.00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	79	11,39	9,6	5,9	163
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	1,68	0,24	13,32	58,8
	БАТОН	20	1,2	0,2	10,28	47,6
	КОМПОТ АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0	12,87	53,55
Итого за обед		720.00	24.06	21.21	98.48	688.00
Полдник	ЙОГУРТ	208	5,8	5	22	156
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА гр 4	200	0,13	0,03	0,04	1,01
	Итого за полдник		458.00	9.93	7.03	46.04
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	59	0,7	4,1	2,3	50,6
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	7,1	1,6	3,9	77,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,16	8,8	39,2
	БАТОН	34	2,1	0,35	17,99	83,3
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78
Итого за ужин 1		523.00	14.13	10.37	69.79	424.08
Итого за день		2832.00	66.64	58.34	346.73	2173.69

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